



Jan den Boer

Programma 7^e Tantra festival 6 november 2010

3^e concept versie (d.d. 17 oktober 2010)

Voor het 7^e tantrafestival is opnieuw het spirituele centrum Djog in Rotterdam afgehuurd, acht zalen zijn beschikbaar van 12:00 's middags tot 12:00 's nachts.
Kosten: € 40, diner € 10.

Op de voorgaande 6 festivals waren er ongeveer 200 deelnemers en 30 begeleiders.

Het festival is een unieke kans om kennis te maken met de verschillende vormen van tantra, biodanza, sexual grounding etc. zoals die op dit moment in Nederland gegeven worden!

Het 7^e tantra festival belooft een fantastische dag te worden.
Djog, Antony Duyklaan 5-7, 3051 HA Rotterdam

Het festival

Het festival is een kans om te proeven van de verschillende vormen van tantra en dergelijke. Dat betekent ook dat de sfeer en de inhoud van de workshops heel verschillend kan zijn. Soms is het meer gericht op spiritualiteit en meditatie, soms meer op intimiteit en seksuele energie, soms beiden. Wel houden alle begeleiders er rekening mee dat het een laagdrempelige dag is waar iedereen ontspannen mee kan doen met de activiteiten.

Als je voorzichtig wilt zijn, verdiep je eerst in de inhoud van de workshop. Als je jezelf wilt en durft laten verrassen, probeer eens iets heel nieuws uit.

Het mooie van het festival is dat de verschillen er mogen zijn en dat we nieuwsgierig en respectvol mogen ontdekken en genieten. Tegelijkertijd is het ook een mogelijkheid voor uitwisseling en leren van elkaar.

Bevestiging aanmelding:

Enkele dagen voor het festival krijg je per e-mail het definitieve programma, een toegangsbewijs, een maaltijdbon als je hiervoor opgegeven hebt, een schema met zalen en tijden per workshop en andere benodigde informatie zoals de routebeschrijving.

Inschrijven workshops:

Inschrijven voor de lezingen en workshops is mogelijk bij de start van het festival vanaf 12:00 in zaal 1, links van de ingang van Djoj. Daar liggen inschrijfformulieren voor alle workshops en lezingen van het definitieve programma.

Natuurlijk is het leuk als je met de workshops van je eerste keuze mee kunt doen. De uitnodiging is om bij het inschrijven ook Tantrisch te zijn: ga voor je verlangen, maar hecht op geen enkele wijze aan het resultaat. Als workshops vol zijn, is er altijd nog een andere mogelijkheid, soms is het ook leuk om je te laten verrassen.

Om het inschrijven wel eerlijk te laten verlopen, begint het exact om 12:00. Je kunt als je iets eerder bent eventueel al wel iets drinken in het eetcafé.

Programma overzicht:

(Tijden: zie apart overzicht, wordt later bekend gemaakt)
Een workshop duurt 1.45 uur (1 uur en 3 kwartier).
De tijden zijn 13.00, 15:15, 19:00 en 21.15. 17:00 is het diner.

19.00 Een bijzondere workshop: Tantrische verstillings

Workshop: vier schrijvers en een zangeres op zoek naar de ervaring van liefde in de stilte, voorbij de woorden.

De schrijvers Jan den Boer, Jan Geurtz, Wendy Doeleman en Willem Fonteijn schrijven over liefde, seksualiteit en spiritualiteit, Simone Awhina bezingt dit.

Jan den Boer, www.tantratrainig.nl

Workshop: Vrijen in verbinding. Hoe tantra je liefdesleven kan verrijken.
Workshop op basis van het nieuwe boek van Jan den Boer: Vrijen in verbinding.

Magda Leenen-Nelissen, www.malscheland.nl

Workshop tantra

Willem Fonteijn en Sultana Fonteijn, www.lovingmindfulness.nl

Loving mindfulness, een workshop speciaal voor koppels

Sylvia Kragten en Hans Engels, www.architects-of-life.nl

Workshop: In vuur en vlam

Nicolet Roelfsema, www.danceswithlife.com

2 workshops Dances with life

Theo de Klein en Sandhya Wessels, www.abhika.nl

1. Workshop Kashmirische Tantra: Yoga van de Aanraking
2. Workshop Inner flute

Jan Geurtz, www.jangeurtz.nl

Interactieve lezing over "Verslaafd aan liefde"

Inge Jager www.ingejager.nl

Workshop: Het wonder van de relatie; voor paren

Han Thorig, www.body2chill.nl

Een tantrisch 'warm bad'. Deel 2.

Inge Maassen, www.healingdao.nl

Workshop Transformeren van seksuele energie

Wendy Doeleman, www.coolseks.nl

Workshop: Coole seks, relaxte liefde

Angelica Aartsen, www.tantra-temple.com

Het tantrisch orgasme: voorbij de zevende hemel.

Tara, www.love-in-action.nl en www.deconnection.org

1. Lezing integrale en transpersoonlijke seksuologie en seksuologische hulpverlening
2. Workshop "Knowledge by Embodiment", "Leren door en van ons Lichaam".

Anu van Leeuwen en Christine du Bois– Tantric Art Society, www.TantricArtSociety.webs.com

Workshop 1: Verbinding vanuit het hart

Workshop 2: kennismaking's workshop tantramassage voor stellen

Kees Kaldenbach, <http://www.xs4all.nl/~kalden/auth/massage-8handen-amsterdam.html>

Workshop 8 handen massage

Kees en Maria www.groeieninverbinding.nl

2 workshops: Het nieuwe minnen.

Jacqueline Snelder, www.helioscentrum.nl/tantra-vrouwen.html

Workshop Open as love

Belinda van der Pool, Blue Birds Back to our Roots Academy

Workshop: Ambrosia de gipsy woman die kruidige liefdes adviezen verstrekt.

Hansi en Helene, hansimassage.nl, www.purenature.nl

Tantrische zintuigenreis

Birgit Schipper en Nico de Vos, www.touch2love.nl

2 Workshops: touch2love

Rakesh en Marcia, www.artofloving.nl

Workshop Tantric Dance

Jellie Keuning en Wino Penris <http://www.penris.demon.nl/liefde.html>

Samen Zijn. Korte workshop voor singles en stellen (MV, VV, MM)

Anke Zack, www.tara-anka.nl

Workshop: een magisch/ tantrisch ritueel 'De ketting van Freya.'

Katerine Afman, www.healingtantra.nl

Workshop: tandava (tantrische dansmeditatie)

Trudy Pereira, www.trudypereira.nl

'Mindfull Tantra'

Reiny Veldkamp, reiny@samsarashop.nl

Boekentafel, in de gang tegenover het eetcafe.

Uitwerking programma per onderdeel:

19.00

Jan den Boer, Jan Geurtz, Wendy Doeleman, Willem Fonteijn en Simone Awhina

Een bijzondere workshop:

Tantrische verstilling

Workshop: tantrische verstilling.

Vier schrijvers en een zangeres nemen je mee naar een ervaring van liefde in stilte, voorbij de woorden. De schrijvers Jan Geurtz, Wendy

Doeleman, Willem Fonteijn en Jan den Boer schrijven over liefde, seksualiteit en spiritualiteit, Simone Awhina bezingt dit. Ieder begint om de essentie van zijn/haar verhaal in woorden te vatten, en doet vervolgens een meditatie/ oefening/ zang die eindigt in stilte en verbondenheid.

Vervolgens creëren zij een gezamenlijke essentie en eindigen daarmee opnieuw in stille verbondenheid. Een experiment om de liefde voorbij de woorden te ervaren.

Jan den Boer, www.tantratrainig.nl

Jan Geurtz, www.jangeurtz.nl

Wendy Doeleman, www.coolseks.nl

Willem Fonteijn, www.lovingmindfulness.nl

Simone Awhina

Zangeres en schrijfster Simone Awhina, oorspronkelijk uit Noord Holland, heeft vijf jaar in Amerika gewoond waar zij veel succes met haar concerten heeft geboekt. Sinds haar debuut heeft zij drie albums uitgebracht, concerten in Europa, Noord & Zuid Amerika, New Zealand en Canada gegeven. In 2001 en 2006 vertegenwoordigde zij ons land op de World Championships of Performing Arts in Hollywood waar zij in totaal zes medailles, waaronder twee gouden, in de wacht sleepte. Zij heeft opgetreden in New York tijdens de herdenkingsdienst voor de slachtoffers van 11 september. Tevens heeft zij gestudeerd bij Mr. W. Riley in New York, de zangpedagoog van Celine Dion, Sarah Brightman en vele anderen. Tijdens haar concerten neemt Simone de luisteraar, door middel van haar wonderschone stem, sprankelende uitstraling, gevoelige teksten en inspirerende woorden, mee op een buitengewone ervaring. Haar warme, passionele stem komt prachtig tot zijn recht in diverse genres.

“I am so impressed with her heart, voice, and the love that shines through so clearly.” **Byron Katie**

“Een vrouw met een stem die niet alleen in de concertzaal maar ook op het stille papier ontroert.” **Geert Kimpen**

“De stem van Simone Awhina gaat recht naar het hart. Haar warme en zwoele stem pakt het publiek.” Noord Hollands Dagblad

“Soms is iets zo mooi dat het niet in woorden te vangen is. Haar stem, haar woorden ontroerden me, boeiden me, raakten me en namen me mee als in een droom.” Een bezoeker van het Santiago concert in Huizen

Voor meer informatie www.simoneawhina.com

Tantratraining.nl



Jan den Boer, www.tantratraining.nl

Workshop: Vrijen in verbinding. Hoe tantra je liefdesleven kan verrijken.

Workshop op basis van het nieuwe boek van Jan den Boer: Vrijen in verbinding.

*Als je helemaal aanwezig bent in het moment
en kunt genieten van het verlangen zonder uitreiken of terughouden
ontdek je dat alle verlangen verwijst naar de liefde
en word je gedragen in de armen van de liefde zelf.*



Centraal in het werk van Jan den Boer staat het leren genieten van het verlangen. Meestal ontstaat in het verlangen een tegenstelling tussen uitreiken en terughouden, waardoor verlangen onrust kan veroorzaken en een verschil in verlangen tussen partners kan leiden tot verwijdering en relatieproblemen.

Door in een tantrische meditatie bewust worden van de beweging van het verlangen in uitreiken en terughouden, wordt het mogelijk een balans te bereiken waarin het verlangen verstilt en tegelijkertijd extatisch en meditatief voelt. Van daaruit wordt een diepgaande liefdesverbinding mogelijk in een relatie, waarin je als het ware wordt

gedragen door de liefde zelf.

In de workshop doen we eerst een individuele tantrische meditatie, waarin je kunt oefenen in het voelen van de balans van waaruit je aanwezig kunt zijn in het hier en nu.

Vervolgens doen we een tantrische ritueel samen met een partner, met ademen, ontspannen in de energie en contact maken. Vanuit de balans in jezelf leer je hoe je kunt kiezen voor een liefdevolle houding naar een partner en je omgeving.

Je kunt deze partner oefening doen zowel met je eigen partner als met andere deelnemers in de groep als je dat wilt of als je alleen bent.

De workshop is zowel voor singles, stellen als mensen die een relatie hebben en alleen willen komen.

Er is een veilige en respectvolle sfeer, waarin wij duidelijke grenzen stellen en jullie grenzen gerespecteerd worden.

Tantra is een spiritueel bewustwordingsproces, waarin je leert om aanwezig te zijn in je seksuele energie, emoties en denkpatronen, zonder iets te verdringen of iets te moeten uitleven. In dit proces is het mogelijk de energie van de passie te transformeren naar liefde, mededogen en spirituele openheid. Dan wordt seksualiteit een sacraal, heilig gebeuren waarin een diepgaande verbinding met jezelf, een partner en het hogere mogelijk is.

Jan den Boer

www.tantratrainig.nl weijboer@wxs.nl 06-24694704



Jan den Boer (1960) studeerde filosofie en bouwkunde en is Postural Integration therapeut. Hij volgde trainingen op het gebied van tantra en sexual grounding. Hij geeft sinds 1994 individuele therapie en tantra trainingen. Ook is hij free lance schrijver en publiceerde een groot aantal artikelen op het gebied van tantra.

In 2004 verscheen bij uitgeverij Bres zijn boek "Tantra, het verlangen naar verbinding," in 2006 bij uitgeverij Synthese zijn boek "Passie voor de stad." November 2007 publiceerde uitgeverij Bert Bakker het boek "Het is tijd voor liefdesrevolutie, een tantra zoektocht naar bezielde passie." In oktober 2008 verscheen bij uitgeverij Ten Have een boek over het Boeddhisme.

Het nieuwe boek:



Praktische gids voor spirituele seks

Zin of geen zin?

Bij veel stellen staat deze vraag centraal.

Door tantrische meditatie kun je leren deze vraag los te laten en leren genieten van het verlangen. Vrijen wordt dan voor beiden aantrekkelijk en verbindend. Steeds meer stellen ondervinden dat inzichten uit tantra de weg wijzen naar een langdurig bevredigende liefdesrelatie.

Jan den Boer geeft in dit boekje de belangrijkste tantraprincipes en -oefeningen en laat aan de hand van voorbeelden zien dat (de behoefte aan) vrijen een kans is op spirituele bewustwording. De cd, met meditaties van Jan den Boer en muziek van Simone Awhina, maakt het mogelijk om het seksuele verlangen regelmatig als onderwerp van meditatie te kiezen.

met meditatie-cd

Jan den Boer is een van de bekendste tantratrainers van Nederland.

Van zijn hand verschenen onder andere Tantra, het verlangen naar verbinding (Synthese, 2004) en Boeddhisme (T en Have, 2008).

Magda Leenen-Nelissen. www.malscheland.nl

Workshop Tantra.



Tantra is duizenden jaren oud en betekent letterlijk “uitbreiding, verweven”.

Het is een levensfilosofie waarin het (meer) genieten centraal staat.

Het gaat erom dat je levensenergie, sexuele energie (meer) gaat stromen doorheen je lijf en verbonden wordt met je hart.

Iedereen heeft van oorsprong behoefte aan intimiteit, contact, sexualiteit. Alleen weet men vaak niet goed hoe er mee om te gaan.

Tantra heeft te maken met “bewuster” met alles omgaan, je kwetsbaar durven tonen, durven vragen en grenzen durven aangeven, overgave, het uitwisselen van ervaringen en wegnemen van misverstanden tussen mannen en vrouwen, spelen, genieten, vertrouwen, het openen van je hart

In deze workshop gaan we na een inleiding via zacht lichaamswerk en dynamisch Tantrische oefeningen in contact met jezelf en de ander speels toch bewust contact en intimiteit ervaren en delen.

Magda Leenen-Nelissen ('56), Belgische.

Opgeleid in psychiatrie en jaren ervaring met crisisopvang.

Gestalt- en psychosynthese, Systeem-, Reiki-, Waterdans- en Emotioneel

Lichaamstherapeute met specialisatie Bio-energetica en Burn-out. Tantra-trainster en de Internationale training Sexual Grounding gevolgd.

Oprichtster, samen met partner Cor Leenen, van Centrum 't Malsche land (1993), Centrum voor Emotioneel Lichaamswerk, Tantra en Opstellingenwerk te Geldermalsen, waar ze groeps-, relatie- en individuele praktijk heeft.

Tevens freelance trainer/therapeut voor preventie-, reïntegratie-, teambuilding- en managementtrainingen.

Magda Leenen-Nelissen.

Centrum 't Malsche Land

Zeekade 2

4191 NJ Geldermalsen

Tel.0345-569963

www.malscheland.nl

malscheland@hetnet.nl

Willem Fonteijn en Sultana Fonteijn, www.lovingmindfulness.nl

Loving mindfulness, een workshop speciaal voor koppels

Loving mindfulness

Willem en Sultana Fonteijn

www.lovingmindfulness.nl

Waar Wij begint, verdwijnen Ik en Jij.

Een workshop speciaal voor koppels en voor hen die (weer) een goed koppel willen vormen.



Je eigen relatie is een goede oefening voor mindfulness meditatie. Door de meditatie verruim je je bewustzijn en hierdoor kan de liefdesstroom weer op gang komen en blijven stromen. In duurzame relaties ontstaan bijna onvermijdelijk blokkades in de liefdes stroom tussen partners. Met behulp van mindfulness kan een transformatie op gang komen. Inzicht in je blokkades kan je helpen om de relatie te transformeren naar meer begrip en diepere liefde. In deze workshop maak je kennis met een aantal basisoefeningen die je kan inzetten om je relatie te helen en of te verbeteren. Willem en Sultana geven beiden mindfulness training aan psychotherapeuten in opleiding. Zij weten na het doormaken van hun scheiding en elkaar opnieuw weer vinden uit eigen ervaring hoe je een gebroken relatie kan helen. Zij hebben een eenvoudige en nuchtere methode ontwikkeld voor het helen en duurzaam herstel van een relatie.

Willem is klinisch psycholoog en seksuoloog. Hij heeft een ruime ervaring in het begeleiden van paren met seksuele problemen. Sultana is groepsbegeleider en zij begeleidt patiënten met hersenletsel.

Sylvia Kragten en Hans Engels,

Workshop: In vuur en vlam, www.architects-of-life.nl

Workshop: "In vuur en vlam"

Bij ieder brandt het innerlijk vuur. Hoe stook je deze op en hoe onderhoudt je het. In elke relatie draagt je vuur bij aan het samen genieten en een leven met passie. In de relatie is ieder verantwoordelijk voor het onderhouden van het

relatievuur. In deze workshop stoken we het vuur eens flink op. Mogelijk schieten de vlammen dan hoog op. Verras je zelf en elkaar!



Life Architects wil inzichten delen over mannelijkheid en vrouwelijkheid. Integratie van moderne psychologie, kennis van verschillende culturen en oorspronkelijke spiritualiteit staat centraal in onze aanpak. Onze workshops en trainingen zijn gericht op persoonlijke ontwikkeling en groei.



Life Architects biedt een programma dat je leven kan veranderen, vitaliseren en verdiepen. Ons team van ervaren, gedreven docenten staat borg voor vakmanschap, hartelijkheid en toewijding, zorgvuldigheid en respect voor jouw persoon. Zij zullen je aanmoedigen om nieuwe ervaringen op te doen, je uitnodigen je eigen waarheid te ontdekken, zonder voorbij te gaan aan je eigen grenzen. Wij verdiepen ons in het wezenlijke van man en vrouw, in de verschillen en in de gemeenschappelijkheden. Onze aanpak is ervaringsgericht, met het doel je te raken, je bewust te maken van je gewoontes, blokkades en overtuigingen. Door het verkrijgen van deze inzichten zul je in staat zijn bewust te kiezen voor de manier waarop je wilt leven - in vrijheid, los van oude patronen. Deze cognitieve inzichten vormen een belangrijke ondersteuning voor je fysieke, gevoelsmatige en spirituele ervaringen.

Hans engels en Sylvia Kragten

heten jullie van harte welkom in de workshop.

Nicolet Roelfsema, www.danceswithlife.com

2 workshops Dances with life



Dances with Life met Nicolet Roelfsema
'The Art of Dancing Life and Living Free & Joyfully'

Nicolet danst haar hele leven al vanuit passie, verbinding en commitment met het hier en nu en alles wat zich aandient in het leven.

Essentieel voor haar is te kunnen bewegen vanuit authenticiteit en eigenheid. Om los van beknellende systemen en beperkingen

in vrijheid te kunnen leven en voluit expressie te geven aan eigen waarden, talenten, mogelijkheden en (hart)kwaliteiten.

Dit vraagt volgens haar moed en zelfstandigheid. Zij reikt deelnemers op hun unieke weg naar expressie van het Zelf en individuatie

de mogelijkheid aan (m.b.v. dans, muziek en emoties) tot het aanboren van de eigen oneindige bron van vitaliteit, kracht en creativiteit.

Om te kunnen dansen en leven vanuit de waarheid van het hart. Met jezelf en de wereld om je heen....

Nicolet Roelfsema is (1964) is communicatietrainer, docent lichamelijke opvoeding, biodanza leraar (didactisch bevoegd) en danscoach.

Informatie op www.danceswithlife.com

Mail info@danceswithlife.com

Telefoon 020 - 6 707 422 of 06 - 414 70 467

Theo de Klein en Sandhya Wessels
www.abhika.nl

- 1. Workshop Kashmirische Tantra: Yoga van de Aanraking**
- 2. Workshop inner flute**



1. Workshop Kashmirische Tantra: Yoga van de Aanraking

In onze workshop ga je kennismaken met de verschillende aspecten van de Kashmirische Tantra.

De workshop is open voor singles en stellen en je houdt in deze kennismakingsworkshop je kleren aan.

Ons doel is om je te laten proeven van een nieuwe, verdiepende ervaring van contact met je omgeving en met een ander.

Wij bieden een veilige setting waarin je kunt oefenen en spelen met een aantal werkvormen uit de Kashmirische Tantra.

We geven technieken in vloeibaarheid, aanraken, meditatie en ademen. We oefenen in ontspanning, vloeibaarheid en overgave aan een intentieloze aanraking.

Voor veel van ons is de aanraking eerder spannend dan ontspannend. Dat komt omdat je vrijwel altijd met een doel of verwachting aanraakt of aangeraakt bent.

Je zoekt in de aanraking misschien erkenning, geruststelling of opvulling van leegte en soms ligt er een seksuele intentie in de aanraking verborgen.

Mogelijk vraag je jezelf af of jouw aanraking wel goed is voor de ander...

De Yoga van de Aanraking is een meditatieve ervaring die een nieuwe dimensie geeft aan je beleving van aanraken.

Pas wanneer je zonder verwachtingen jezelf veilig en geborgen voelt, kun je helemaal ontspannen in het fysiek contact.

En als je vanuit die ontspanning in het contact gaat, kun je energetisch vrij stromen eerst in jezelf en vervolgens met de ander.

Kashmirische Tantra is een spiritueel pad dat zich richt op het beleven van de onafgebroken stroom van ervaringen waaruit het leven bestaat.

Het is een eenvoudig pad, maar zeker niet gemakkelijk. Kashmirische Tantra is zintuigelijk en gaat voorbij de gebruikelijke vijf zintuigen.

Door jezelf bewust te worden van de diepte van jouw vermogen tot waarnemen kom je zonder inspanning steeds dichterbij jouw innerlijke resonantie.

Bewustzijn over de stroom van ervaringen ontstaat wanneer je de overtuigingen van je mind kunt loslaten door jezelf te richten op lichamelijke en geestelijke sensaties.

Wanneer je niets meer hoeft te doen en niets meer hoeft te laten kun je jezelf ervaren in dit moment, in de stroom, in het contact.

Kashmirische Tantra biedt een nieuwe en uitdagende ingang naar je bewustzijn.

2. Praktische Workshop Inner-Flute: van intimiteit naar extase...

De Inner-Flute is een krachtige, sensuele, tantrische ademtechniek.

We richten ons op de beweeglijkheid van jouw lichaam en het vergroten van je gevoeligheid voor extatische sensaties in je lichaam.

Je ademhaling neemt hierin een centrale positie in, want je bent -ademend- altijd in beweging.

In deze korte praktische workshop besteden we zowel aandacht aan de techniek, als aan de kunst van overgave door het loslaten van de techniek.

De Inner-Flute wordt dan zachter, meer ritueel en zonder 'werken'. Dan bemoeit je hoofd zich er niet meer mee en kun je totaal in de overgave.

De Inner-Flute richt zich op het vrij laten stromen van je vitale seksuele energie waardoor je jezelf vervult, extatisch en als een geheel gaat ervaren.

Theo de Klein en Sandhya Wessels zijn sinds lange tijd geïnspireerd door de Kashmirische Tantra.

Zij volgden workshops bij Daniël Odier en werken beide dagelijks met Authentieke Tantrische Massage.

Theo heeft een praktijk voor Tantramassage, Therapie, Sexual Healing en Relatie Coaching (www.abhika.nl).

Ook geeft hij trainingen en workshops in Kashmirische Tantra en werkt hij als trainer bij het Centrum Voor Tantra in Amsterdam (www.centrumvoortantra.nl).

Sandhya geeft individuele tantramassages en heeft haar praktijk in Soest (www.sandhyatantra.nl)

Abhika Tantra

Theo de Klein

Westbroekse Binnenweg 72B/70

3612 AK Tienhoven

0346-210163

www.abhika.nl

info@abhika.nl

Jan Geurtz, www.jangeurtz.nl

Interactieve lezing over "Verslaafd aan liefde"

"Verslaafd aan Liefde" laat zien dat onze zoektocht naar liefde en erkenning voortkomt uit een fundamentele zelf-afwijzing. Die proberen we te compenseren door waardering van anderen, en vooral door een succesvolle liefdesrelatie. Maar dat werkt averechts: het versterkt juist die fundamentele onzekerheid en afhankelijkheid. Zo ontstaat er een vorm van verslaving aan liefde en erkenning, en aan de veiligheid van een relatie. De meeste liefdesrelaties lopen daardoor na een tijdje op de klippen, of -misschien nog erger- verzanden in een gezapig samenzijn zonder veel ruimte voor groei en geluk.

Met humor en praktische voorbeelden wordt een uitweg getoond uit deze vicieuze cirkel. Eenmaal ontdaan van zelf-afwijzing blijken al onze pijnlijke emoties en diepe verlangens naar liefde en seks niet langer een obstakel, maar juist de toegangspoort naar een staat van zijn

die volledig vrij is van beknelling en afhankelijkheid, en die - met of zonder relatie - vervuld is van liefde en helderheid.



Verslaafd aan liefde de weg naar zelfacceptatie en geluk in relaties

Inge Jager www.ingejager.nl

**Workshops:
Het wonder van de relatie (voor paren)**

Het wonder van de relatie

Een workshop speciaal voor partners

In een liefdesrelatie kan het zo makkelijk gebeuren dat je elkaars aanwezigheid 'gewoon' en vanzelfsprekend gaat vinden. Dat het logisch is dat de ander er voor jou is, met je meegaat er voor je is.

Maar eigenlijk is het een wonder.

In deze korte workshop gaan we met dit wonder aan de gang.

Jullie gaan bezig met de essentie van de relatie: contact.

We gaan ontdekken waar voor jou vanzelfsprekendheden zitten en ook hoe jij je blik weer nieuw en fris kan laten zijn. Hoe je weer verwonderd kun kijken naar je partner en hoe je kunt zijn in verwondering over en met jezelf en elkaar.

Inge Jager is al 15 jaar met Tantra bezig en geeft sinds 8 jaar workshops. Zij is ook verbonden aan het Centrum voor Tantra in Amsterdam. www.ingejager.nl

Han Thorig, Body2chill uit Nijmegen www.body2chill.nl

Een tantrisch 'warm bad'. Deel 2.
(Je hoeft deel 1 vorig jaar niet gevolgd te hebben)

'Een warm bad voor alle knuffelberen en berinnen.' Of voor wie een warme wens heeft om dat deel in zichzelf de vrijheid te geven. Een feest voor je zintuigen. Veel lichamelijke oefeningen, wisselwerking, aanraking en contact.

Voor iedereen met/ zonder ervaring. Gekleed en laagdrempelig.



Info over Body2chill:

'Body2chill' staat voor het lichaam als bron van ontspanning, plezier, balans en verbinding. Body2chill houdt zich bezig met de levenskunst te leven vanuit passie. Stichting Body2chill is opgericht door Han Thorig. Body2chill bevindt zich centraal in Nederland in Nijmegen. Wij organiseren vanaf 1995 activiteiten vanuit een Boeddhistisch-tantristische visie. Het meest fundamentele is het uitgangspunt dat je al volmaakt bent. Nu, op dit moment. Dit wordt ook wel een zijns-georiënteerde visie genoemd. Ons doel: bewustwording door middel van lichaamsgerichte activiteiten. Wij willen onze eigen bijdrage leveren aan onze wereld waarin wij allen, in essentie, op zoek zijn naar hetzelfde: verbondenheid. Het verlangen, om verbinding te ervaren zonder onszelf te verliezen, sluit aan bij eeuwenoude tradities als het Boeddhisme en Tantra. Net als Tao of Zen, gericht op bewustwording door zelf te ervaren.

www.body2chill.nl

Transformeren van seksuele energie



*We weten dikwijls niet
welk een prachtige energie we in onszelf meedragen
...in eierstokken en testikels...
De energie-trilling van de eitjes in de eierstokken,
en die van het zaad in de testikels,
is feitelijk de mooiste energie van onszelf.
Om elke maand een nieuw eitje te laten rijpen,
elke seconde nieuw zaad het licht te laten zien,
wordt het allermooiste uit ons lichaam gebruikt:
Het beste van onze hormonen,
maar ook van onze spieren, zintuigen, organen, alles...
wordt gebruikt om mogelijk nageslacht
het aller-, allermooiste mee te kunnen geven.
Maar wát, als het zaadoffer geplengd wordt,
zónder dat het tot een kind wordt...?
Het eitje, met het bloed mee, maandelijks de afvalbak bereikt...?
Is dat niet zonde, van die prachtige energie?*



In de HealingTao leer je om seksuele energie rond te cirkuleren in het lichaam, (wat je zowel solo als samen met je partner zou kunnen doen).
In de energiecirkulatie transformeert de seksuele levensenergie (Jing) in vitaliteit (Chi) en spirituele verfijning (Shen).

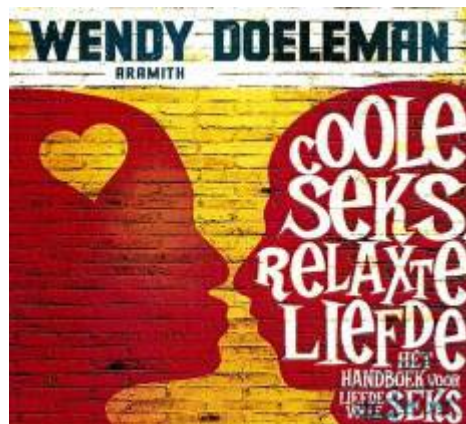
Wendy Doeleman, www.cooloseks.nl.

Workshop: Coole seks, relaxte liefde

Coole seks, relaxte liefde..
Sleutels tot liefdevolle seks
Wendy Doeleman – Dana Trainingen

Het boeiende van seks is dat je het op zo veel verschillende manieren kunt doen en beleven. Beleef je seks vanuit tantra, dan staan ontspanning, bewustzijn en contact centraal. Het gaat dus niet zozeer om het opbouwen en ontladen van spanning en opwinding, maar om het volledig *ontspannen* zijn. Met weinig tot geen beweging kun je dan de seksuele (levens-)energie in heel je lichaam laten stromen. Je streeft geen orgasme na, maar je kunt wel degelijk in een ‘orgastische staat’ komen. Seks is op deze manier een ontspannen en hartverwarmende beleving die de liefde en verbondenheid tussen twee mensen alleen maar sterker maakt, juist ook in een langere relatie.

In deze workshop maak je kennis met de uitgangspunten van *coole* seks en krijg je praktische tips om zelf met *coole* seks te gaan experimenteren. De workshop is zowel voor singles als voor stellen van alle leeftijden geschikt! Tijdens de workshop doen we niet aan seks en blijven de kleren aan ☺.



De workshop sluit aan bij het boek ‘*Coole seks, relaxte liefde*’ van Wendy Doeleman dat onlangs is verschenen. Het boek is geschreven voor jongeren en twintigers, maar wordt ook door veel 30-plussers gelezen en gewaardeerd. Jan den Boer heeft een aantal waardevolle bijdragen aan dit boek geleverd, in de vorm van meditaties, inzichten en citaten van jongeren. Tijdens het tantrafestival kun je het boekje bij Wendy kopen (12,50). Wendy Doeleman volgde en volgt nog steeds diverse trainingen op het gebied van lichaamswerk, tantra en spiritualiteit, waaronder retraites bij Diana Richardson en trainingen bij OshoLeela op Venwoude. Voor contact: w.doeleman@danatrainingen.nl en www.cooloseks.nl.

Angelica Aartsen, www.tantra-temple.com

Het tantrisch orgasme: voorbij de zevende hemel.

Hoewel iedereen geboren wordt met de capaciteit om de vreugde van een orgasme te ervaren, beleven slechts weinigen het volledige potentieel ervan. In de meeste gevallen wordt het orgasme niet verdiept, laat staan ten volle ervaren. Hierdoor blijven een enorme levenskracht, helend vermogen, innerlijke vrijheid en geluk buiten bereik.

Deze workshop helpt je inzicht te krijgen in de ervaring van het orgasme en met name het tantrisch orgasme. Je leert contact te maken met je eigen seksuele capaciteit en krijgt praktische aanwijzingen om zelf verder het orgasme te exploreren.

Onderwerpen die aan de orde komen zijn:

- de enorme kracht van de seksuele energie
- seksuele continentie: Wat is het? Hoe werkt het? Wat kan het voor mij betekenen?
- transmutatie en sublimatie van de seksuele energie
- technieken voor het verdiepen van het orgasme

Voor wie?

Deze workshop is voor iedereen die graag meer wil weten over het orgasme en hoe het ten volle te ervaren.

Door wie?

Angelica is ruim 8 jaar voltijds met tantra bezig. Ze geeft sinds 2007 les in yoga en tantra yoga en geeft tantrische massages aan mannen en vrouwen. 'Er is niets mooiers dan mensen te helpen om contact te maken met hun eigen seksuele kracht. De heling en innerlijke bevrijding die dan plaatsvindt is zo inspirerend!'

Informatie

Angelica Aartsen

0617480048

www.tantra-temple.com

Tara, www.love-in-action.nl en www.deconnection.org

- 1. Interactieve Lezing integrale en transpersoonlijke seksuologie en seksuologische hulpverlening.**
- 2. Workshop "Knowledge by Embodiment"; "Leren door en van ons Lichaam".**

Tara's Choice:

- 1. Interactieve Lezing over integrale en transpersoonlijke seksuologie en seksuologische hulpverlening**

Deze interactieve lezing vertelt over een holistische, lichaamsgerichte en transcendente dieptepsychologische benadering in de psychologie en seksuologie.

In de reguliere klinische psychologie en seksuologie wordt nauwelijks of geen aandacht meer besteed aan de ziel van de mens. De ziel is dood in de westerse wetenschap. Daarnaast is in de westerse wetenschap ook het lichaam ondergeschikt gemaakt aan de ratio, oftewel de cognitie.

Integrale studies is een opkomende tak van wetenschap aan Amerikaanse universiteiten. De fameuze uitspraak van de filosoof Descartes "Ik denk, dus ik ben" verandert door de integrale en transpersoonlijke visie in "Ik voel, dus ik ben".

Deze benadering opent deuren die voor lange tijd gesloten waren. Vanuit een integrerend Oost-west kader formuleren integrale sociale wetenschappers nieuwe mensbeelden en nieuwe wereldbeelden. Zij werken niet meer volgens het reductionisme, maar vanuit het holisme. De vader van de integrale psychologie is de Amerikaan Ken Wilber. Hij spreekt van een inclusieve psychologie en seksuologie: *"Meerdere verklaringen van fenomenen, in plaats van met elkaar concurreren om de macht, moeten worden gewaardeerd en geïntegreerd in een samenhangend overzicht."*

Integrale studies worden geïnspireerd en gevoed door o.a. de dieptepsychologie van C.G. Jung, de lichaamsgerichte Reichiaanse psychologie, Oosterse Mindfulness technieken (zoals meditatie) en de integrale yoga psychologie, ontwikkeld door Sri Aurobindo. Maar ook door de culturele antropologie en andragogie. Zelfs de moderne filosofie en theologie dragen hun steentje bij.

Inmiddels kent Nederland sinds eind 2005 een netwerk van integraal werkende psychiaters. Het zal waarschijnlijk niet lang meer duren, voordat er ook integraal werkende psychologen en seksuologen komen...

Deze lezing is aan te raden voor professionals, maar ook voor geïnteresseerden.

2. Workshop "Knowledge by Embodiment", "Leren door en van ons Lichaam," over seksuele somatische therapie (Sexual Somatic Therapy) en Reichiaans lichaamswerk.

Meer en meer toont ook de wetenschap aan dat ons lichaam een autonome intelligentie is waarbij traumatische lichaamsherinneringen worden opgeslagen in bepaalde locaties van het lichaam, bijvoorbeeld de organen en daar hun eigen leven kunnen gaan leiden. Dit kan leiden tot energetische en lichamelijke blokkades, uiteindelijk zelfs tot ziektes, zowel somatische als psychosomatische aandoeningen.

Somatisch georiënteerde, door het lichaam gestuurde therapie is een effectieve methode om lichamelijke/emotionele blokkades los te maken en te helen. Dit geldt in het bijzonder voor seksuele blokkades.

De therapeutische tools en technieken die gebruikt worden in deze workshop zijn veilig voor alle deelnemers en hebben een helende en harmoniserende werking op lichaam en geest.

Deze workshop is aan te raden voor een ieder die het verhaal van zijn/haar lichaam wilt leren kennen.

Dr. Tara Long (pseudoniem),

Studeerde o.a. cognitieve neuropsychologie in Utrecht en Amsterdam. In 1994 studeerde zij af als psychologisch onderzoeker. Zij specialiseerde zich verder als transpersoonlijk psycholoog met als interessegebieden dieptepsychologie, psychologische antropologie, sociale psychologie, cognitieve creativiteitspsychologie en ontwikkelingspsychologie.

Zij is naast haar werk als docent, coach en transpersoonlijk therapeut, werkzaam als hersenonderzoeker op het gebied van meervoudige begaafdheid, intelligentie en creativiteit bij top professionals in de kunst en wetenschap.

Long promoveerde op 20 augustus 2009 met een kwalitatief psychologische studie naar het artistieke creatieproces. Zij behaalde daarmee de graad *Doctor of Science in Psychology*.

Daarnaast behaalde Long op 14 mei 2010 een academische graad in de klinische seksuologie.

De afgelopen twaalf jaar specialiseerde zij zich ook als transpersoonlijk en integraal seksuoloog. Daarnaast ontwikkelt zij zich momenteel als onafhankelijk seksuologisch onderzoeker. Zij is de enige onderzoeker in Nederland, die systematisch onderzoek verricht naar overdracht en tegenoverdracht in de (seksuologische) hulprelatie, gezien vanuit het perspectief van de therapeut.

Long volgde naast haar academische opleidingen, diverse holistische massageopleidingen in binnen en buitenland, o.a. bij de beroemde meester Mantak Chia. Kreeg vervolgens haar tantrische initiatie vanuit de klassieke Tibetaanse School. Beoefent tevens Chi Gong en Yoga. Volgde lessen in emotioneel en energetisch lichaamswerk. Werd in 1995 geïnitieerd als sjamaan, metafysisch en seksual healer door sjamaan en psychiater Astrid de Vreese.

Sinds 2000 leidt Tara een coachingspraktijk op het gebied van intimiteit, seksualiteit en liefdesrelaties welke zich baseert op holistische principes en filosofie. De behandeling van cliënten geschiedt volgens diezelfde holistische inzichten en aanpak: www.love-in-action.nl

In 2009 werd Long tevens gerespecteerd lid van de "The Buddhist Society" in Londen.

Sinds mei 2010 is Tara Long ook werkzaam als secretaris en vice-voorzitter van de Connection/ het Coniugium www.deconnection.org . De Connection is een platform voor complementaire en integrale seksuologische hulpverlening en zorg.



Anu van Leeuwen en Christine du Bois– Tantric Art Society, www.TantricArtSociety.webs.com

Workshop 1: Verbinding vanuit het hart
Workshop 2: kennismaking's workshop tantramassage voor stellen

Tantric Art Society

Anu (Sw. Anugraho) van Leeuwen & Christine du Bois

Workshop 1:

Verbinding vanuit het hart.

Je hebt het zo vaak horen zeggen of er iets overgelezen, leef vanuit je hart: maar wat betekent dat nu eigenlijk en hoe doe je dat?

Anu en Christine nodigen je uit om in deze workshop kennis te maken met diverse methodieken om te komen tot een diep, intens en liefdevol contact met jezelf en de ander. Waarin we gaan spelen met adem, beweging, geluid, aanraking. Gronden, energetische lichaams oefeningen, bewegingstechnieken vanuit de leer van tai-chi, basisklanken en daaraan verbonden emotie, stilte/luisteren naar je eigen lichaam, de hartegroet, dans. Verbinding met jezelf en de ander.

Een workshop waarin wij je een ervaring willen meegeven die jou kan helpen in het zoeken naar jezelf, het verkrijgen van zelfinzicht, het ontwikkelen van je eigen, innerlijke kwaliteiten en te leven vanuit liefde, vanuit het hart. Deze workshop is een deel van de introductie van onze jaartraining die in februari 2011 van start gaat.

Workshop 2:

Kennismakingsworkshop tantramassage voor stellen (m/v, m/m,v/v).

In deze workshop bieden wij stellen aan om kennis te maken met tantra massage. Het beoefenen hiervan leidt tot verdieping in jezelf en de relatie met je partner. Spiritualiteit en seksualiteit staan in tantra niet los van elkaar maar zijn in onze visie en levensstijl, onherroepelijk met elkaar verbonden. Zij vormen de ingrediënten van wat je zou kunnen noemen; universele liefdesenergie! Tantramassage is een prachtige manier om dit te ontdekken en je eigen spiritualiteit en seksualiteit te verbinden met elkaar. Tijdens een tantra massage zijn vertrouwen en respect essentieel.

Er wordt gewerkt met diverse massage technieken zoals: weefselmassage, klopmassage, intuïtieve massage, het verbinden van de sex- en hartchakra's, het opwekken van de sexuele levensenergie, het (her-)ontdekken en teasen van de pleasure zones, het prikkelen van de zintuigen dmv geur en smaak, de vrijgekomen sexuele energie te herleiden en natuurlijk, het nabespreken van hetgeen je hebt ervaren. We beginnen de workshop met een hartegroet en eindigen met een klankschaal sessie. Ondergoed wordt aangehouden in deze kennismakingsworkshop.

Namaste:

www.tantricsociety.webs.com

p/a: Walstrostraat 16, 5262 DA Vught 06-50431465

Muziek en video opnames:

<http://www.bluewhitestudio.nl/BELLYDIDGE.html>

<http://www.youtube.com/watch?v=tzTtx2ch2PQ>

8 handenmassage met Kees Kaldenbach



In voorgaande vijf jaren was deze workshop binnen de kortste keren volgeboekt en ook na afloop waren er steeds heel enthousiaste reacties. Daarom een heerlijke herhaling tijdens deze Djoj Tantra dag in 2010.

In deze bijzondere 8-handen-massage workshop krijg je de unieke kans om in een groepsactiviteit een overdadige waterval van contact en massage te ervaren. In een veilige omgeving intens genieten van aanraking, steeds in overgave - en mogelijk voor jou wat nieuw en grensverleggend. We werken in groepjes van 5 personen; daarvan ligt steeds één deelnemer op tafel. De vier andere deelnemers staan om de tafel en raken die deelnemer zorgvuldig aan. Volgens de uitleg in de instructie.

Aan het begin van de workshop geeft Kees Kaldenbach enige uitleg en bespreekt de te volgen stappen in de massage. De massage wordt langzaam uitgevoerd, in volle concentratie, waarbij de intentie ligt op een liefdevolle aanraking. Zodat degene die gemasseerd wordt zich veilig voelt en in overgave naar binnen kan gaan. Degenen die masseren kunnen, door te werken met open hart, open liefde en in contact met elkaar mogelijk in een flow komen waarin een wondervol samenzijn kan ontstaan. We spreken onderling goede veiligheidsgrenzen af. Deelnemers beloven aan elkaar zich respectvol op te stellen en zich aan de afgesproken grenzen te houden.

Er kunnen maximaal 12 mannen en 13 vrouwen aan deze workshop deelnemen. Ivm met de energieopbouw van Yin en Yang willen we graag eenzelfde aantal mannen als vrouwen. Zodat er bij iedere tafel tenminste 2 mannen en 2 vrouwen zijn.

Zelf svp een groot badlaken en een heupdoek (lungi) meenemen.

Over 8 handen massage: <http://www.xs4all.nl/~kalden/auth/massage-djoj.html>

Over Tantra: <http://www.xs4all.nl/~kalden/auth/massage-tantra.html>
kalden@xs4all.nl

Kees en Maria www.groeieninverbinding.nl

Workshop Het nieuwe minnen

Wanneer het hart overloopt van liefde, vloeit het rijkelijk naar de ander. De ander wordt in een bad van liefde ontvangen. Geven en ontvangen maakt dan geen verschil meer. Er is geen negatieve afhankelijkheid in de zin van elkaar nodig hebben, maar overvloed. Je accepteert elkaar volledig: een relatie vanuit toewijding en ware liefde, vanuit "het nieuwe minnen".

Hoe hier te komen?

We zijn allemaal gewond geraakt in de liefde, in de kern die jij in wezen bent. In jouw kern, jouw Zon, die stralend naar buiten wil komen. Die gelukzaligheid en vreugde is weggedrukt achter wolken. Je hebt je moeten aanpassen aan je cultuur, je hebt bagage meegekregen waardoor je niet jezelf kan zijn. Uiteindelijk willen we allemaal naar die stralende Zon.

In (bijvoorbeeld) verliefdheid, een relatie en in een seksuele verbinding, zit een potentie verscholen om dichterbij jouw kern te komen, om jouw eigen liefde te laten groeien. Om een begin te maken de wolken rond jouw Zon weg te halen. Dit wordt echter nog vaak onbewust beleefd, met alle drama's van dien. Door je te verschuilen achter de pijn en het gebroken hart sluit je zelf de mogelijkheid weer af hierin verder te groeien terwijl hier juist een kans ligt.

In het nieuwe minnen krijg je de mogelijkheid je hiervan bewust te worden, en er achter te komen waar jij staat op dit pad. Je krijgt de mogelijkheid je zelf te laten zien wie jij bent en jouw Zon te leven. Vanuit een veilige omgeving, waarbij wij proberen een bad van liefde en acceptatie voor jou te zijn. En van daaruit kun je je verder ontwikkelen en je Zon van alle bewolking ontdoen. Om vervolgens nieuwe stappen te kunnen zetten op relatiegebied, om nieuwe werelden te ontdekken in de liefde, in jezelf en met de ander. Want er is nog zoveel moois te ontdekken, moois dat alle mensen in potentie in zich hebben. Dat avontuur willen we met jou aangaan in onze **Jaartraining - het nieuwe minnen**.

En wij willen je aanmoedigen, het niet op te geven, maar je bewust te worden van wat jij doet, want jij bent de schepper van jouw leven.

Ben je nieuwsgierig geworden, kom dan een kijkje nemen in onze korte workshop. In deze korte workshop willen wij jou ontmoeten. Kan jij voelen wie wij zijn. En kun je proeven van een stukje van de **Jaartraining - het nieuwe minnen**.

Kees en Maria van ['Groeien in verbinding'](http://www.groeieninverbinding.nl)

Jacqueline Snelder, www.helioscentrum.nl/tantra-vrouwen.html

Workshop Open as love

Tantra is een bewustwordingsweg, een pad naar weten dat je Liefde zelf bent, het ontwakken van de Kundalini energie, de meest krachtige energie in het lichaam is een middel om dit proces naar Liefde in gang te zetten.

In The New Tantra en deze workshop werken we met het sturen van deze energie door het lichaam van de partner. We werken met zogenaamde Triggerpoints waardoor we de energie in het lichaam kunnen sturen.

Dit lijkt misschien moeilijk, maar is het niet! Op simpele en doeltreffende wijze laat Jacqueline en haar assistentes je een voorproefje nemen van wat er in The new Tantra weekenden plaatsvindt..het geleiden en begeleiden van intense Multi-orgastische energie door het lichaam.

Krachtige energie wakker maken op een veilige en Down- To Earth en Liefdevolle manier die je helpt allerlei onbewuste patronen in Seksualiteit in het licht te zetten en te transformeren.



Jacqueline Snelder verdiepte zich lange tijd in Ayurveda , Advaita Vedana en Vajrayana Tantra, voorheen opgeleidt als Bodyworker en Family Constillations Thereapeute bij Body and Soul de Marckhoeve werkt zij nu op Helios Centrum als Ayurveda Therapeute en Tantrika en begeleidt vrouwen en mannen op het pad naar Bewustwording. Haar manier van werken ligt in de lijn van David Deida en Alex Vartman bij wie zij vast teamlid is en waar ze samen groepen mee begeleidt in binnen en buitenland. Zie ook www.TheNewTantra.nl Haar werk kenmerkt zich door humor, directheid en openheid en helpt vrouwen zich te ontwikkelen naar hun groter potentieel door hun vrouwelijke kracht te her-ontdekken.

Deze workshop is toegankelijk voor zowel mannen als vrouwen, single of stel. Er kunnen ongeveer 16 mensen meedoen.

Belinda van der Pool

Workshop: Ambrosia de gipsy woman die kruidige liefdes adviezen verstrekt.

.....

Bij Blue Birds 'Back to our Roots Performances and Education' kun je onder andere terecht als je iets op een oerspronkelijke manier wilt vieren. Zo zijn er magische verbintenisceremonies voor koppels (De Zwanendans), vrijgezellenfeesten (De Zwanenzang), singles die toe zijn aan een nieuwe liefde (Het Zwanenmeer) en voor diegenen die hun relatie op een goede manier willen afronden is er 'De Zwanendal-ceremonie. Tevens verzorgt Blue Bird een sjamanistische danstraining (Oerobics), maan- en seizoensvieringen activiteiten in het onderwijs en symbolische kunst.

Voor informatie 06 54 69 82 84 of bluebird140ahau@yahoo.com

Blue Birds Back to our Roots Academy

Performance * Teachings * Celebrations * Artworks

06 814 666 97 bluebird140ahau@yahoo.com

Hansi en Helene, hansimassage.nl, www.purenature.nl

Tantrische zintuigenreis

Tantrische zintuigenreis. Gedurende 1.5 uur wordt je meegenomen op een reis waar alle zintuigen, behalve het zicht, geprikkeld en wakker gemaakt worden.

Liggend op de grond met een blinddoek om wordt je verrast met geuren uit de hele wereld, klanken, trillingen, smaken en nog veel meer. Dit kan met kleding aan; met alleen onderkleding is alles nog intenser.

Een diepe ontspanning en een verfrist lichaam is het resultaat van deze reis. Energie kan weer volop stromen en je kunt leuke ideeën opdoen voor thuis of in je praktijk.

Het geluid van klankschalen herstelt de natuurlijke, van oorsprong aanwezige trilling van je lichaam en je geest. De klankschalen kunnen op het lichaam gezet worden, de trillingen van de schaal maken dat je energetische tantra systeem en de chakra's van het lichaam gaan meetrillen

In het bekken gebied wordt de grote schaal gebruikt en maakt daar spanningen los. De universele klank schalen kunnen overal gebruikt worden. Door de klank van de klankschalen ben je in staat jezelf te ontladen, spanningen los te laten, zodat je op een natuurlijke manier terug in evenwicht komt. Het is een weldaad voor lichaam en geest je over te geven aan deze wereld van horen ,voelen, proeven, waarnemen en genieten.



Deze workshop wordt gegeven door Helene Baayen en Hansi Liem. Helene heeft haar eigen massagepraktijk in Heerde, is tevens fysiotherapeut en geeft tantrische massages, cursussen en feesten. www.purenature.nl en www.villabuitenlust.nl
Hansi geeft diverse massage in Amsterdam www.hansimassage.nl

Birgit Schipper en Nico de Vos, www.touch2love.nl

2 Workshops: touch2love

Wie wij zijn en wat wij doen

Birgit Schipper en Nico de Vos zijn **Touch-2-Love**. Allebei hebben wij al zo'n 20 jaar ervaring met personal coaching en met tantrisch en taoistisch energiewerk. In onze visie heeft iedereen recht op een zo volwaardig mogelijk liefdesleven, immers het geluk dat wij samen hebben gunnen wij iedereen. En dat is ook onze bijdrage aan een betere maatschappij. Dat is dan ook waar wij ons met Touch-2-Love voor inzetten. Onze specialiteit hierin is het bieden van ondersteuning aan:

- Mensen met een niet goed functionerend liefdesleven door remmingen die voortkomen uit de opvoeding, de omgeving of uit minder goede ervaringen en zich daardoor beperkt voelen in hun zijn.
- Mensen die getroffen zijn door verwijdering van (een deel van) de prostaat of de baarmoeder of die impotent zijn geworden t.g.v. medicatie en die weer een zo volwaardig mogelijk liefdesleven willen terugkrijgen.
- Mensen die na beëindiging van een langdurige relatie een tijd alleen zijn en opnieuw de stap willen zetten om een volledige relatie aan te gaan en daarbij een duwtje in de goede richting nodig hebben.

Wij bieden op de persoon toegesneden psychologische en fysieke ondersteuning op basis van NLP, Oplossingsgericht werk, Opstellingenwerk en Energiewerk (oefeningen en massages) op basis van tantra en tao. Wij versterken wat je al kan en voegen daaraan toe.

Wat wij bieden wij tijdens het festival

Veel seksuele blokkades blijken afkomstig uit het gezin van herkomst. Wie tantra wil gaan beoefenen loopt daar soms keihard tegen aan. Het oprekken van de eigen grens in tantrasessies of de toepassing van shakramassages om deze blokkades te overwinnen is vaak onvolledig. Het is soms nodig eerst inzicht te krijgen in de werkelijke oorzaak van de blokkade,

anders is een terugval mogelijk of behoudt je het onaangename gevoel dat je steeds bezig bent over je eigen grens heen te gaan. Met behulp van een toegespitste vorm **opstellingenwerk** kunnen wij dit inzicht wel geven, zodat vervolgens de heling meer gericht kan plaatsvinden.



Tijdens het tantra festival geven wij een sessie waarin wij een paar opstellingen zullen doen. Wij nodigen je uit om actief hieraan deel te nemen, hetzij als vraagsteller, hetzij als participant (max 20 personen). Het is een mooie kans om aan een persoonlijke remming te werken en bijvoorbeeld te werken aan afstandelijkheid, kleineren, concurrentie e.a. door een of beide ouders. Als je probleem te

zwaar blijkt te zijn voor publieke uitvoering nodigen wij je uit om naar de praktijk te komen om aan inzicht en heling te werken.

Voor privésessies (ook opstellingen, maar dan met objecten) kan je bij ons terecht op onze website www.touch2love.nl, email: info@touch2love.nl, telefoon: 06 1278 5325. Onze praktijk is op ons privéadres in Poortugaal, ten zuiden van Rotterdam.

Rakesh en Marcia, www.artofloving.nl

Workshop Tantric Dance

Tantric Dance:

Art of Loving geeft een tantrische dansworkshop waarin Shiva en Shakti versmelten. Je wordt in een meditatieve staat gebracht van openheid en ontvankelijkheid. Vanuit de stilte ontstaat een dans. Wat begint met een leider en volger vervolgt in een flow van levensenergie waarin de tijd stilstaat. Kom los van je gedachten en beweeg vanuit je hart.



Marcia-Tandra en Rakesh



www.artofloving.nl

Jellie Keuning en Wino Penris <http://www.penris.demon.nl/liefde.html>

Samen Zijn. Korte workshop voor singles en stellen (MV, VV, MM)



Of je nou wel of niet een liefdesrelatie hebt met een ander, is het van belang om een goede relatie met jezelf te hebben. Dat houdt in dat je jezelf accepteert zoals je bent, met al je zon- en schaduwkanten. En dat je je eigen verlangens kent en ze de ruimte geeft. Dat wil overigens niet zeggen dat ze stante pede vervuld moeten worden! Je kunt juist ook enorm genieten van een verlangen zonder dat het vervuld wordt.

Een relatie begint heel spannend: je partner is de mooiste, liefste slimste van de wereld en je hele leven draait om hem of haar. Jullie gaan helemaal in elkaar op. Maar na verloop van tijd worden de verliefdheid en de passie meestal wat minder. Je begint ook de schaduwkanten van je partner te zien. Je gaat je misschien ergeren aan bepaalde dingen of je partner stelt je wel eens teleur. Je zou hem of haar het liefste een beetje veranderen. En dan is de roze wolk verdwenen... Herken je dit?

Of misschien wil je wel helemaal geen relatie met een ander. Ben je gelukkig met je leven zonder een partner. Hoe werkt dat dan voor jou? Ben je het liefste alleen of met andere mensen? Wat is daarin je diepste verlangen?

In onze workshop laten we jullie ervaren wat het verschil is tussen claimen en verlangen. Zowel lichamelijk als emotioneel. We leren je contact te maken met je eigen verlangen en daarvan te genieten en te voelen wat je partner verlangt. En wat jij haar of hem kunt geven zonder jezelf te kort te doen. Geef een nieuwe impuls aan je liefdesleven!

We werken met een combinatie van lichaamswerk, Tantrische oefeningen, meditatie en 'clearing' (uitspreken van je gevoelens en emoties).

Draag gemakkelijk zittende kleding.

Anke Zack, www.tara-anka.nl

Workshop: een magisch/ tantrisch ritueel 'De ketting van Freya.'

.....

Katerine Afman, www.healingtantra.nl

Workshop: tandava (tantrische dansmeditatie)

Tandava dans yoga door Katerine Afman (healingtantra.nl).

Een workshop waarin je beweging weer ontdekt vanuit je innerlijke bron en vanuit je ademhaling.

Het volgen van je innerlijke energiestroom vanuit de ademhaling in de buik geeft ruimte aan heel subtiele gewaarwordingen in jezelf.

Ik ervaar het zelf weleens als een soort van oceanische golfbeweging, die me uitnodigt om mee te geven in het openen van mijn lichaam en in het weer enigszins sluiten of “back to basis” gaan.

De kwaliteit die dit bewustzijn me oplevert is zeer zacht van aard, smelt allerlei spanningen, is oneindig teder en maakt vloeiend.

Na een tandava voel ik me vaak ook heel blij, open, speels en rustig.

De tandava doen we zittend en staand, is te doen voor iedereen van elke leeftijd, heeft eigenlijk heel weinig techniek, maar gaat er meer om dat je steeds bewuster wordt van ervaringen en sensaties.

De tandava dans werd overgeleverd aan Daniel Odier een in Parijs wonend spiritueel leraar door zijn leraar tantrika Lalita Devi uit India.

Ik (Katerine) heb een praktijk voor massage, healing en lichaamswerk.

Mijn opleidingen heb ik onder meer genoten bij:
het Centrum voor intuïtieve ontwikkeling, Utrecht;
Humaniversity, lichaamswerk en meditatie;
Jan den Boer, Tantra;
Theo de Klein, Abhika tantra;
Daniel Odier.

Meer info over mij is te vinden op www.healingtantra.nl

Trudy Pereira, www.trudypereira.nl

‘Mindfull Tantra’

Mindfull zijn in de tantrische beleving.

Tantra beoefenen zonder ‘mindful’ te zijn, is in feite ondenkbaar.

Om de zachte, zoete (erotische) onderstroom gewaar te worden die altijd in ons is, zullen we aandachtig aanwezig moeten komen in ons lichaam en in het Heilige- of Hele Nu.

Daar hebben we al onze zintuigen voor nodig.

En onze adem; die grote geleider.

In deze workshop gaan we met verschillende oefeningen uit de Mindfulness onze gevoeligheid om tantrisch te kunnen ervaren, vergroten.

www.trudypereira.nl

Reiny Veldkamp, reiny@samsarashop.nl

Boekentafel

Verkoop boeken in de gang tegenover het eetcafé.