

## Nyhetsbrevet for oktober / november 2010



"Lek med ord på fagutdannelsen i livsveiledning"

### Hvordan skal vi få SELVutvikling inn i alle utdannelse – ja inn overalt?

*Det er jo det som ofte mangler. Selvinnsikt, vekst- og helseorientering. Erfaringsbasert, selveid kunnskap osv.....*

Allerede står selvutvikling i fagplanen for skolen. Men hva menes med det?

To av mine studenter i det første året på fagutdannelsen i ILIANA livsveiledning, er lærere og forteller at de allerede bruker mange av metodene de har lært i sin egen undervisning på sine skoler. Det dreier seg om å stole på eleven og på verktøyene.

Elevene støtte på motstand sa en av dem, og da tok vi et oppgjør med kritikeren. Det er mange måter å se på motstand og en indre kritiker på. Man kan spille på lag med den – eller kutte forbindelsen med den. Begge deler kan hjelpe. Det viktigste er faktisk å anerkjenne at den er der. Å gi motstanden en form, ansikt og navn. Så kan vi "gjøre" noe.

Å i det hele tatt kunne anerkjenne det som er der - når det er der - det er første betingelse for enhver forandring. Til det trengs en øket tilstedeværelse. Og tilstedeværelse kan ikke bare være en idé eller et fint ord.

Tilstedeværelse er en aktiv indre handling. En handling hvor sansene åpnes, det kreative vekkes. Ved bruk av både lett og alvorlig fantasi og lek på samme tid.

Det er jo en god grunn til vi ofte ikke ønsker å være tilstede. Den som ikke har opplevd at smerten eller

ubehaget kan bli transformert til noe nyttig, er selvsagt skeptisk.

Å erfare at transformasjonen av det du tror står i veien for deg selv, faktisk blir til farkosten du kommer deg videre i, det er merkelig for en nybegynner. Særlig når farkosten får enda bedre fart enn den gamle!

SELVutvikling i skolen blir kanskje ikke hele ILIANA-modellen, men kanskje deler av den?

Sentralt i ILIANA-modellen er øking av tilstedeværelse på alle plan. Det kan være fysisk, emosjonelt, følelsesmessig, mentalt og/eller det vi kan kalle en indre våkenhet ( åndelig eller spirituelt ).

Men vi kan ikke øke vår tilstedeværelse med en dårlig moral og med et uetisk forhold til oss selv. Straffer vi kroppen, skjeller vi ut følelsene og forakter vi våre tanker, kommer vi ingen vei.

Hvordan skal vi komme ut av det gamle sporet? Ved å bruke vår i boende kreativitet. Vi er alle oppfinnere! Vi er skapt til å finne nye bedre løsninger. Og det er vår fantastiske fabulerende evne, som bruker farger og musikk, bevegelse og rytmer, som kan åpne opp for nye løsninger.

Men ingen tror på noe som bare blir fortalt. Vi må eie vår egen vei. Vi må erfare vår egen evne til transformasjon. Først da kan vi bli voksne deltagende mennesker i en felles verden. Det er dette vi trenger i skolen:

1. Øke tilstedeværelsen
2. Utvikle en etikk i forhold til deg selv og din prosess
3. åpne for det kreative
4. og utprøve og erfare selv.

*Dette er de fire første delene av modellen.*

**Så hvis eleven opplever motstand kan vi anbefale dette:**

1. Anerkjenn motstanden, og kjenn på den med alle dine sanser.
2. Forhold deg til den som om den vil deg vel, slik du også vil deg selv vel. Lytt til den med respekt.
3. Bruk ditt kreative sinn til å skape en form du kan forholde deg til. Farge, form, bevegelse, lyd og følelse.
4. Bruk verktøy til å forandre dette og erfar at dette er mulig!

Mvh Inge Ås

## Det skjer mye i okt. og høsten 2010!

- ❖ **Det viktige grunnlaget til ILIANA akademiets utdannelser i Norge og Sverige får du på SELVutviklingskurset "Energi og bevissthet"**  
<http://www.iliana.no/selvutviklingsutdannelsen.html> *Et populært kurs når du trenger tid til seg selv. Et kurs som mange tar igjen og igjen og det grunnleggende kurset du tar hvis du ønsker å begynne på en kursserie eller utdanningsforløp ved ILIANA akademiet!*
- ❖ **FLERE SELVSTENDIGE KURS:** Energi og bevissthet: helg frafredag kveld  
Energimedisin og akuttbehandling samt Energiarbeid og kontakthealing er lørdag + søndag

### VI HAR Plass TIL FLERE PÅ VÅRE UTDANNELSER! NÅ ER DET PÅMELDING TIL FAGUTDANNELSEN I LIVSVEILEDNING!

- ❖ **Energiarbeid & Healing for hjemmebruk** 4 kurs hver høst i Oslo. Kommer i Sverige!
- ❖ **Fagutdanning i ILIANA livsveiledning** etter jul i Oslo – juni i Odda – og Tromsø høst 2011.

**Åpne kurskvelder / ILIANA-kvelder** holdes av ferdige ILIANA livsveiledere og lærere og av LV-studenter på siste året på Livsveilederutdannelsen som en del av deres praksis. Les mer om tema på hjemmesiden under Åpne kurskvelder – eller på facebook.

Tromsø 1. og 3. onsdag i mnd. ILIANA livsveileder (e) / ILIANA lærer Gunn-Anne Sommersel, og ILIANA livsveileder (e) Christin Thobroe, kl 18 -20:30. Kr 200 (halv pris for LV studenter).  
Påmeld.: M: 915 25 714 – helst før kl 12 samme dag!

Nordland Se hjemmesiden for nye datoer.

Naustdal med ILIANA livsveileder (e) Bente Vilnes Aase og Margunn J. Aase M: 926 41 575

Hamar – ta kontakt med livsveilederstudent Hilde Grunt M: 90910 428

Mjøndalen: kl.19.00 – 22.00 i Nedre Eiker kommune. Rådhusgata 9 i Mjøndalen (Lions Lokalet, i kjelleren på lensmannskontoret. <http://www.marinen.com/hula/Kart.html>. Pris kr.100  
Påmelding: Inger-Reidun Olsen M:99579112 + e-mail: [selvutvikling@gmail.com](mailto:selvutvikling@gmail.com)

Sandefjord: med Mona B. Wallin Solvik. Her er det en pause for tiden.

Kongsvinger: Info: 992 63 722 og 901 88 999 Runa Søtvedt og Anniken Lindaas Kolstad

Oslo 1. torsdag i mnd. Sted: Lilleakerveien 56 B med ferdige ILIANA livsveiledere og studenter på siste året. kr. 100/200 ( halv pris for studenter ) Påmeld. SMS 95722 133. Desmed med Inge Ås.

Åsgårdsstrand med livsveilederstudent Maria Myraune Flere datoer: M: 996 96 561

Sverige: se den norske og den svenske hjemmesiden [www.iliana.no](http://www.iliana.no) og [www.iliana.se](http://www.iliana.se)

- ❖ **Timer med Inge Ås fra september i Oslo. 25.+26.okt. Odda.**

**Ta en LV-time** hos en ILIANA Livsveileder og en faghealer! Finn dem her:  
<http://iliana.no/finnlivsveileder.html>

Finn alle kurs og utdannelser på hjemmesiden!

## **SELVutviklingskurset Kurs-I "ENERGI OG BEVISSTHET"**

Et populært kurs både for nybegynneren og den drevne! Det grunnleggende er det som gir de dypeste røtter. Og det er røttene som kan bære krona som kan bli større og større i ditt liv!

*Det vi ønsker og det vi gjør kan dra i forskjellig retninger. Vi vil oss selv vel – men vet ikke alltid hvordan vi skal få det til! Du er født med en indre veiviser som du kan få et bedre forhold til – slik at målene dine blir klarere for deg.*

*Metoder inspirert av eldre østlige og nyere kognitive metoder. Det noen kaller "mindfulness" har vi jobbet med lenge! Vi øker TILSTEDEVÆRELSE i kropp, emosjoner, tanke og ånd – alt skal være med! Energiarbeide, selvhaling, visualisering og NLP ( som er en mer moderne måte å forstå og bruke hjernen på. )*

*Vi henter fram ressurser og skaper muligheter til forandringer du selv ønsker. Energisentrene i energifeltet / auraen, Chakraene er våre dører til våre indre ressurser. Du får en ny gave av ditt innerste hver gang. Og du vil ha det gøy! Erfaringsbasert læring, innsikt og kunnskap og konkrete øvelser og verktøy som du kan bruke videre i hverdagen.*



**Kurs-II: "Relasjoner og frihet"**

**15. – 17. okt. i Oslo**

**Kurs-III: "Tanke og affirmasjoner"**

**3. – 5. des. i Oslo**

Disse kursene inngår i Energiarbeid & healing for hjemmebruk og fagutdannelsen.

**Kursholder: Inger Rølland**

*Det blir oppfølgingskvelder for dem som ønsker det!*



**Kurs- I: "Energi og bevissthet"**

**15. – 17. okt. i Finneidfjord**

**Kurs-V: "Kommunikasjon og lyd"**

**4. – 7.nov. i Oslo**

**Kurs-I: Spes. for deg som arbeider med andre:**

**3. – 5. des. i Oslo**

**Kurs-III: Relasjoner og frihet**

**10. – 12. des. i Odda**

**Kursholder: Inge Ås** SMS til m: 957 22 133 rett før og under kurset.



**Kurs-II: "Relasjoner og frihet"**

**15. – 17. okt. i Oslo**

**Kurs-V: "Kommunikasjon og lyd"**

**4. – 7.nov. i Tromsø**

**Kurs-I: "Energi og bevissthet"**

**12. – 14. nov. Tromsø**

**Kursholder: Gunn-Anne Sommersel**

*Det blir oppfølgingskvelder for dem som ønsker det!*



Nye kursdatoer kommer – <http://www.iliana.no/alldataer.html>

**Kursholder: Kjersti Ones**

*Det blir oppfølgingskvelder for den som ønsker det!*



Nye kursdatoer kommer – <http://www.iliana.no/alldataer.html>

**Kursholder: Johan Osuldsen, som er vår nyeste ILIANA-lærer!**

M: 986 95 958 [johan.osuldsen@gmail.com](mailto:johan.osuldsen@gmail.com)



Nye kursdatoer kommer – <http://www.iliana.no/alldataer.html>

**Kursholder: Vanja Bentsen Kleven**



Nye kursdatoer kommer – <http://www.iliana.no/alldataer.html>

**Kursholder: Cristin Thobroe**

Det planlegges flere kurs i Mo i Rana og i Bø i Vesterålen med Inge Ås. Kontakt [kontor@iliana.no](mailto:kontor@iliana.no)  
Flere datoer på hjemmesiden! Det er der du melder deg på!  
Vær snill å dobbelsjekk!

## ”Kommunikasjon og lyd”

Dette er det femte og det siste kurset i SELVutviklingsrekken.

Mange vil ta det aller først – for de sier at det er jo kommunikasjon jeg trenger å lære noe om!

Men før vi kan kommunisere trenger vi å øke vår kontakt med den som kommuniserer og det dreier grunnkurset seg om.

Så trenger vi å vite mer om hva som påvirker hva og hvordan vi kan sette grenser. Det lærer du på det andre kurset.

Og på det tredje, når mange av emosjonene har lagt seg, da kan tanken få vinger å fly med! Både intuisjonen og det kognitive sinn.

Ukeskurset er et gullgraverkurs hvor det indre sunne barnet trer fram igjen og får trøst av den voksne som vet at hun/han er SELV.

Jamen, da kan vi begynne å snakke om kommunikasjon!

Hva snakker du om?

Hvor snakker du fra?

Hva sier du?

Hva sier du ikke?

Tonefall og lyd – kropp og bevegelse – ord og sanser.

Kan du si nei, kan du si ja!

Det er så uendelig mye mer du vil oppleve under dette kurset fra torsdag kveld til søndag ettermiddag. Les mer på hjemmesiden. <http://www.iliana.no/sukurs5.html>

Mvh daglig leder og fagansvarlig; Inge Ås



### SELVutviklingskurs V: Kommunikasjon og lyd

**Tor kl 18 - 22, fre og lør kl 10 - 18, søn kl 10 - 17**

04.11 - 07.11.10

Tromsø

Gunn-Anne Sommersel

04.11 - 07.11.10

Oslo

Inge Ås

14.04 - 17.04.11

Hardanger / Odda

Inge Ås

# Fagutdannelsen i ILIANA-livsveiledning / Life Coach

SELVutviklingskurs med selvvalgte ILIANA-lærere

Og Fagsamlinger med hovedlærer Inge Ås

Du blir

- \* en livsveileder i SELVutviklingsprosesser
- \* En livslærer mer enn en terapeut
- \* En likeverdig samarbeidspartner, med mange nyttige verktøy til disposisjon!



\* Les mer på <http://www.iliana.no/livsveilederutdannelsen.html>

## HVOR SKAL DU GÅ?

Avhengig av antall påmeldte er det nå planlagt LV-kull i OSLO, i ODDA og i TROMSØ. Vær tidlig ute med din påmelding og angi hvor i landet du vil gå. Kan du gå flere steder, oppgir du dette.

### Påmeldingsfrister:

### Planlagt oppstart i 2011

OSLO: 1. november 2010

januar eller mai 2011

ODDA: 1. november 2010

juni eller september 2011

TROMSØ: 1. juni 2011

høsten 2011

Ta kontakt hvis du lurer på noe.

Du kan begynne på fagsamlingene selv om du mangler noen SELVutviklingskurs. Disse tar du så i løpet av det første året etter avtale med akademiet.

## DISSE TRE GRUPPENE ER I GANG - MEN DU KAN FREMDELES HENGE DEG PÅ - ELLER DELTA PÅ NOEN UTVALGTE KVELDER



Vær med på oppfølgingskveldene!  
Et dypdykk i øvelser og teori fra SELVutviklingskurset  
"Energi og bevissthet"  
Oppstart høsten 2010

**Sted:** Unity, Møllergata 23, 0179 Oslo ( Inngang Hospitalsgata - ovenfor Youngstorget )

**Tid:** 19:00 – 21.30 **Pris:** for tre kvelder kr. 750

**Datoer:** 23. september - 14.oktober - 25. november og 9. desember.

**Lærer:** ILIANA Livsveileder / lærer Kjersti Ones M: 452 86 807. Epost: [kjersti.ones@combitel.no](mailto:kjersti.ones@combitel.no)

Oppfølgingskveldene er et tilbud til alle som har tatt **Kurs I: "Energi og bevissthet"** - uansett hvor lenge siden det er at du har tatt kurset. Her gjennomgås øvelsene og teoriene i relasjon til hver enkelt deltaker. Opplevelser og spørsmål fra kurset tas opp. Det tas utgangspunkt i den enkeltes individuelle behov.



## NY DRØMMEGRUPPE I OSLO!

**Dato: 7 okt., 4 nov., 2 des., 6 jan. og 3 feb.** 5 ganger koster det 1000 kr.

Sted: Unity senteret, i Møllergt. kl.19.00-21.30 i Oslo.

"Hovedfokus i denne gruppen vil være drømmearbeid. Utgangspunktet vil være ILIANA-modellen, med blant annet chakraene som analyseredskap for tolkning. Vi vil berøre teorier knyttet til tolkning av drømmer, men også teori i forhold til øvelser, som f.eks solar plexus øvelsen, som vi vil gå gjennom i forbindelse med drømmearbeid."

Vi som er lærere i drømmegruppa:

**Ranveig Eastwood** har gått på 1 årig drømmekurs hos Benedikte Thiis, og i drømmegrupper hos bl.a Sonia Borgen. Hun har fullført Livsveilderutdannelsen hos Inge Ås og gått på Den Nordiske Astrologiskole, og bruker sin forståelse av astrologi og kabbalah i drømmearbeid.

**Elisabeth Hjort Engebretsen** har jobbet med drømmetolkning med utgangspunkt i ILIANA-modellen i noen år. Hun er ILIANA-Livsveileder og bruker primært chakraene som inngangsport for forståelsen av drømmearbeid.

Påmeldning via mail [ranveig51@hotmail.com](mailto:ranveig51@hotmail.com) / [elhjort@start.no](mailto:elhjort@start.no)



## HAR DU LEST DEN STORE CHAKRABOKA?

Her vil du lære og erfare mer og hvorfor denne modellen fungerer  
for et moderne menneske i Norge i dag.



## MEDITASJONGRUPPE ”TRYGGHET GJENNOM CHAKRAENE”

Denne gruppa har ILIANA akademiet hatt flere år og det er en populær gruppe. Vi møtes en gang i måneden gjennom hele året og jobber oss gjennom chakraene. Gjennom meditasjon, visualisering, NLP og samtale ser vi på et chakra av gangen og ser hva som ligger her. Ved å bli bedre kjent med chakraene og løse opp blokkeringer som ligger her øker tryggheten i hverdagen.

**Sted: Unitysenteret ved Youngstorget, rom 610. kl 19 - 21.30**

- |                       |                                       |                         |
|-----------------------|---------------------------------------|-------------------------|
| 1.) Torsdag 19. aug.  | - Generelt, hva gjør meg trygg/utrygg |                         |
| 2.) Torsdag 16. sept. | - <b>ROTCHAKRA</b>                    | Jeg er trygg i meg selv |
| 3.) Torsdag 21 okt.   | - <b>HARACHAKRA</b>                   | Jeg mener               |
| 4.) Torsdag 18 nov.   | - <b>SOLAR PLEXUSCHAKRA</b>           | Jeg føler               |
| 5.) Torsdag 16 des.   | - <b>HJERTECHAKRA</b>                 | Jeg tror og håper       |
| 6.) 2011 jan:         | - <b>THYMUSCHAKRA</b>                 | Jeg hører til           |
| 7.) Feb:              | - <b>HALSCHAKRA</b>                   | Jeg vil                 |
| 8.) Mars:             | - <b>PINEALCHAKRA</b>                 | Jeg ser                 |
| 9.) April:            | - <b>KRONECHAKRA</b>                  | Jeg er                  |

**Du melder deg på hele forløpet og det koster kr 1500,- og påmeldingen er bindende.  
Drop-in kr 200,-**

\* **Kjersti** er ILIANA-livsveileder, og lærer på kurs 1. Har jobbet som ILIANA-livsveileder i flere år ved siden av å være førskolelærer. Holder på med master i NLP.

\* **Elisabeth** er ILIANA-livsveileder og har en master i NLP. Ledet denne gruppa i 2008/2009. Jobber som sykepleier ved siden av å være ILIANA-livsveileder.

NHA reserverer seg retten til forandringer i tid og justeringer. Følg med på websiden!

# HEALING SYMPOSIUM 2010

## NORDIC HEALING ASSOCIATION

Opplæring, foredrag, demonstrasjoner, og paneldiskusjon om faghealing.

**Lørdag 13. november 2010 kl. 0900 – 1700**

**Healing Symposium med følgende fagekspert:**

- ❖ **Lilli Bendriss**, åndelig lærer "Å vandre i den usynlige verden"
- ❖ **Gillian Godtfredsen**, grunnlegger av The Paradigm Academy "Meditasjon er medisin", veiledning i guiding av meditasjoner.
- ❖ **Inge Ås**, grunnlegger av ILIANA akademiet "Utvikling av sanser og klarsanser"
- ❖ **Dennis Holmberg** "Take Your Next Breath" nyutviklet healingteknikk fra USA
- ❖ **Runar Halonen** "Gruppehealing, veiledning, selvhealing"

**09:00 – 09:30** Registrering begynner

**09:30 – 10:00** Oppstart med Styret i NHA

**10:00 – 12:15** Foredrag og demonstrasjoner

**12:15 – 13:00** Lunsj

**13:00 – 15:30** Foredrag og demonstrasjoner

**15:30 – 15:45** Pause

**15:45 – 16:15** Paneldiskusjon

**16:15 – 17:00** Avsluttende healingmeditasjon

Et spennende og dyamisk møte med flere fagekspert som leverer innlegg på aktuelle healingtemaer. Dette Healing Symposium er godkjent som fagutvikling, eller CPD (**Continued Professional Development**) i Nordic Healing Association.

**Sted:** Norsk Maritimt Museum (2 etg.) Bygdøyvesveien 37, 0286 Oslo

**Investering:** NHA Medlemmer (+ studenter) kr. 1000,-, Ikke-medlemmer kr. 1500,-

**Påmelding:** Innbetaling til konto 0539 3167787 (innbetalingsbekreftelse fungerer som påmeldingsbevis) For mer informasjon: [www.nordichealingassociation.com](http://www.nordichealingassociation.com)

Nå er det mulighet til å organisere seg i Nordic Healing Assosiation som godkjenner fagutdannelsen ved ILIANA akademiet. NHA arrangerer sitt første Healingsymposium i Oslo:

Lørdag 13. nov. 09.00 – 17.00 Bli med på seminar hvor Inge Ås er en av innlederne. Som ILIANA-student koster dette deg kr.1000 ( ikke 1500)

Mer info. [www.nordichealingasosiation.com](http://www.nordichealingasosiation.com)

**NYTT:**

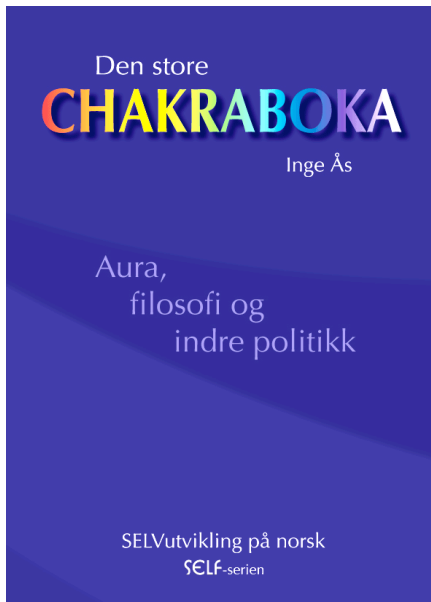
## **Bokomtale og Bokbad på UNITY i Oslo torsdag 16. des. kl.18.00-20.00**

Bademester er Marianne Westby fra Holistisk Forbund som også er arrangør.

Første kapittel GRATIS på <http://www.ingeas.no>

Den store CHAKRABOKA er full av spennende filosofi, historier, praktiske øvelser og kunnskap! **Den selges via <http://www.ingeas.no/nettbutikk.html>**

"Derfor er det en glede å anbefale denne boken som en av de mest egnede verkene på skandinaviske språk for deg som søker viten, selvutvikling og selvhelbredelse." *Overlege Audun Myskja*



### **Her er noe av det legen Audun Myskja skriver i forordet:**

Om Inge Ås på sett og vis debutterer som forfatter med denne boka, er dette et menneske med en sjelden erfaringsrikdom og dybde innen feltet som nå trer ut med sine tanker og erfaringer. I stedet for en mekanisk framstilling røper Inge Ås sin refleksjonsevne med å problematisere chakrabegrepet og lar leseren gjøre egne betraktninger.

Samtidig er hun praktiker: enhver som ønsker å arbeide med seg selv ut fra skriftlig anvisninger kan komme i gang med denne boka til hjelp. Der mange av bøkene som er kommet ut i senere årene har vært rene repetisjoner av tidligere bøker, klarer Inge Ås å bringe sin erfaringsdybde inn i framstillinger som gir deg som leser et nytt bilde av denne rike tradisjonen.

Selv har jeg i flere tiår arbeidet for at denne erfaringsvitenskapen skal bli tilgjengelig for allmennheten. Jeg har avfunnet meg med at det tar lang tid før helsevesenet åpner opp for denne dimensjonen av menneskets erfaringer og den virkeligheten som vår viten om aura og chakra speiler. Derfor trenger vi mennesker som kan stå fram og presentere denne erfaringsvitenskapen på en god og vederheftig måte. Det ligger mange års erfaring og arbeid bak denne boka, en dybde som jeg tror du som leser vil fornemme.

**Psykosyntese Psykoterapeut og leder for MIRA-Senteret, Fakhra Salimi skriver:** Denne boka er som en reise i et selvutviklingsperspektiv fra 70-tallets Norge til dagens Norge hvor ikke bare individer, men også det norske samfunnet har en økt selvbevissthet om et spirituelt mangfold. Akkurat som psykologien ikke er helhetlig uten en spirituell dimensjon, vil heller ikke politikken fange opp helheten uten å være seg bevisst den spirituelle dimensjonen. Nettopp sammenslåingen av politikk, psykologi og en spirituell forståelse kjennetegner Inge Ås sitt arbeid.

### **DETTE SIER ANDRE OM BOKA:**

- *Leser boken i rykk og napp og den er kjempegod Inge :-))*
- *"Boka kom i dag i posten, som vanlig begynner jeg å bla bakfra, ser på bilder, leser bildetekster, ser på innholdsfortegnelse, som katten rundt grøten. (This is hot stuff!) Og nå har jeg lest ei økt. Kjenner igjen, og nikker og leser. Du skriver svingende godt!"*
- *Boka er helt fantastisk, jeg hører stemmen din, personlig samtidig som det er kunnskap bak. En kjempebra mix.*
- *Hei Inge, Tusen takk for den flotte boka du har skrevet. Dette var flott!!*
- *Jeg snakket også med en arbeidskollega som ikke har annen kjenskap til deg, enn gjennom det jeg har fortalt, og som hadde kjøpt boka di på messa. Hun gav også uttrykk for at boka var veldig bra, og at hun følte den gikk mye mer i dybden, enn tidligere bøker hun hadde lest!!*
- *Jeg har på langt nær fått lest ut boken, men jeg føler behov for å gi deg min uforbeholde ros. Du har utført et pioner- og forskningsarbeid som er helt unikt. At du har kunnet komme i dybden på et så vanskelig område som chakra, trodde jeg var ulaseggjærlig. Gleder meg til fortsatt lesning.*
- *Som jeg har sagt, synes jeg det er flott at det så veldig er din stemme som kommer ut. Det er som å høre deg snakke, og det som er fantastisk, er at det nesten er i dialogform - i og med at du hele tiden gir leseren et slags alternativ. Det er ingenting som skrives bastant. Det liker jeg.*
- *Jeg leser Den store CHAKRABOKA. Dette er bra Inge. Fortellerstemmen er fin, leserytmen og selvfølgelig det faglige stoffet. Du kommer til å bli rik og berømt!*

**Boka kan kjøpes her:** Tanum Karl Johan og TANUM CC-vest. Norli i Universitetsgata. **Utsalgspris kr.398,-**  
ZEN bok og musikk (Sporveisgt.) - den lille Arkana ( Youngstorvet) – Mystic Dreamer ( Frognerveien 9) – I Odda hos Bente - På ILIANA kurs og arr. og hos noen ILIANA lærere og livsveiledere. Mail/ring og spør om de har den!  
Skolesett kan bestilles av skoler til reduserte priser.

**Bestill den på biblioteket!** Universitetsbibliotekene i Oslo, Bergen, Trondheim og Tromsø har et eksemplar og småbiblioteker har plikt til å bestille bøker til deg. Tønsberg har ett eksemplar! ISBN 978-82-998187-0-4

**Kan også bestilles** på [www.ingeas.no](http://www.ingeas.no) og [www.iliana.no](http://www.iliana.no) og sendes + forsendelse/porto.

**Kan hentes** i Lilleakerveien 56 B – etter avtale ( uten porto )

**Neste arr. finner du her:** [www.ingeas.no](http://www.ingeas.no)

**Mystic Dreamer i Oslo torsdag 30. sept. kl.18.00**

Har du en forening eller et sted du ønsker et foredrag om innholdet i boka – kan du bare ta kontakt! [inge@iliana.no](mailto:inge@iliana.no)

# LANGTIDSPLANLEGGING

## SELVutviklingskurs:

### Kurs I: "Energi og bevissthet"

Er det første kurset på begge fagutdannelsene.  
Kurset er et selvstendig kurs  
men også det første kurset av fem i  
SELVutviklingsutdannelsen.

Du kan ta grunnkurset flere steder i Norge eller i Sverige. Alle datoer er på hjemmesiden.

Du kan også be en lærer komme til deg der du bor hvis du samler en gruppe!

Disse holdes både vår og høst flere steder.

### Kurs II: Relasjoner og frihet"

### Kurs III: "Tanke og affimasjoner"

### Kurs IV "Helbredelse av det indre barnet"

I Oslo kun i september (Odda i februar 2011).

Husk at du bør ha kurs II før kurs IV!

Flere steder se hjemmesiden.

Se datoene: <http://www.iliana.no/alldatoer.html>

### Kurs V "Kommunikasjon og lyd"

Mai i Sverige, nov. i Tromsø og Oslo. Se flere

datoer på <http://www.iliana.no/alldatoer.html>

## Anatomi og fysiologi i Oslo

vår 2011 i samarbeid med SIRIUS Institutt.

Datoene avtales med kullet det gjelder. Ta kontakt hvis du vil være med på dette.

Sted: UNITY senteret i Oslo sentrum

Lærer: Stine Røthing fra SIRIUS Instituttet.

Mobil til lærer: 97 17 16 16

## PÅMELDING NÅ! Fagutdanning i:

### Energiarbeid & healing

nivå 1: høsten 2011

nivå 2: etter jul i 2011 og 2012

SELVutviklingskursene inngår for den som ikke har dem fra før.

Tre av kursene på nivå 1 ( 1. 2. 4.) kan tas i valgt rekkefølge.

#### 1. "Energi og bevissthet"

#### 2. "Energimedisin og akuttbehandling"

Et frittstående kurs hvor blant annet akuttmidler innen Bachs blomstermedisin og homeopati inngår. **Lag ditt eget hjemmeapotek!**

#### 3. "Tanke og affimasjoner"

#### 4. "Energiarbeid og kontakthealing"

Et frittstående kurs med kontakthealing, metamorfose og flere nyttige tips.

Nivå 1.: Energiarbeid & healing for hjemmebruk

Nivå 2.: Fagutdannelsen, krever nivå 1.

Les mer <http://www.iliana.no/energihealing.html>

## Påmeldingsfrister:

### ILIANA Livsveiledning

Starter i Oslo i jan/mai 2011. Frist 1. nov.

Starter i Odda juni/sept 2011. Frist 1. nov.

Starter i Tromsø høsten 2011. Frist 1. juni

Etter egen avtale med akademiet kan du starte selv om du mangler et av SELVutviklingskursene - hvis du tar kurset i løpet av det første halvåret. Ta kontakt hvis du planlegger dette!

**NYTT PÅ HJEMMESIDEN: Oppsettet er noe forandret – se selv!**

Følg med på alle de nye sidene på Facebook og skriv dine tilbakemeldinger her:  
ILIANA akademiet, ILIANA åpen kurskveld, ILIANA livsveiledere, The ILIANA academy  
Iliana energiarbeidere  
Den store CHAKRABOKA