



LIEBE LEBEN

Integrales Jahrestraining für Beziehung und Partnerschaft für Paare

mit Brigitte & Dirk Arens

ab März 2012 im

Open Heart Center,
Hannover

Beziehung gilt im Rahmen der Integralen Lebenspraxis (ILP) nicht umsonst als eines der wichtigsten Zusatzmodule eines integralen Übungsweges. Sie bietet einen Ort, um uns vielfältig zu entwickeln und Möglichkeiten eine neue Kultur des Zusammenseins zu kreieren. Sie ist eines der zentralen Themen unseres Lebens und verlangt uns einiges ab. Doch wenn wir die Herausforderungen annehmen, hilft die Beziehung uns dabei zu lernen, viele unserer Sehnsüchte und Bedürfnisse zu realisieren. Bei der Arbeit im Partnertraining machen wir uns die integrale Landkarte zunutze.

Arbeit mit dem Schatten

Ein wichtiges Themenfeld ist die mitfühlende Bearbeitung des eigenen Schattens. Die noch nicht aufgearbeiteten Schatten bekommen in der Beziehung eine Bühne. Wir werden die Beziehungsstruktur verstehen und verändern, indem wir das **Stressthema der Beziehung** aufdecken, sowie dessen Hintergründe erkennen und heilen. Wir lernen aus dem **Labyrinth der Projektionen** auszusteigen, die eigenen Schatten aufzudecken und Projektionen auf den Partner zurückzunehmen. Wenn wir unsere **Reaktionsmuster auf unerfüllte Sehnsüchte** durchschauen, können wir die Wunde des Verlassenseins und die Wunde der Vereinnahmung heilen und den Unterschied von Abhängigkeit versus Antiabhängigkeit verstehen.

Typen & Ebenen

Das **Spiel der Typen von männlich und weiblich** ist ein Grundlegendes in Liebesbeziehungen. Hieraus entsteht der Magnetismus und die positive Spannung einer Beziehung, sowie die Möglichkeit, uns als Mann und Frau glücklich zu

Dirk Arens

ist seit 15 Jahren Heilpraktiker, seit 14 Jahren in eigener Praxis vorwiegend mit der Ausübung homöopathischer Heilkunde beschäftigt und unterrichtet seit 11 Jahren Meditation.

Sein eigener Weg führte ihn von der linkspolitischen Bewegung der 80er Jahre zum New Age der 90er. Der Diamond Approach von Almas brachte ihn zu Ken Wilbers Philosophie der integralen Theorie von allem.



Brigitte Arens

ist seit 25 Jahren Heilpraktikerin, seit 20 Jahren in eigener Praxis. Sie gibt seit 25 Jahren Kurse und arbeitet in ihrer Naturheilpraxis mit manuellen Methoden, wie z.B. Akkupunktmassage nach Penzel.

Ihr Weg führte sie in den 70er Jahren im Zuge einer Selbstfindungsphase für mehrere Jahre nach Asien, wo sie in verschiedenen Institutionen Yoga und andere Methoden zur Bewusstseinsentwicklung lernte.

Der Diamond Approach von Almas brachte sie gemeinsam mit ihrem Mann zu Ken Wilbers Philosophie der integralen Theorie von allem.

Sie hat eine 22jährige Tochter.

Open Heart Center

Brigitte und Dirk haben seit 19 Jahren eine Beziehung und arbeiten seit 14 Jahren zusammen in einer Praxis und geben seit dieser Zeit gemeinsam Kurse.

Sie gründeten 2004 das **Open Heart Center** in Hannover, das sich als integrales Zentrum für Bewusstseinsentwicklung versteht.

Web: www.open-heart-center.de

machen. Ein **Verständnis der Ebenen** (z.B. Spiral Dynamics) hilft uns dabei zu erkennen, was entwickelte Qualitäten dieser Typen sind. Wir beschäftigen uns mit der eigenen **Geschlechtsidentität**: Was ist weibliche, was ist männliche Energie? Hierfür gibt es Rituale im Kreis der Frauen und im Kreis der Männer.

Wir - eine neue Beziehungskultur

Ein weiterer Schwerpunkt stellt die Entwicklung eines integralen Beziehungsraumes dar. Viele Partnerschaften kranken an ungesunden **Kommunikationsformen**. Wir schauen uns an, welche Forderungsstrategien und welche unbewussten Kommunikationsstile du in deiner Beziehung benutzt und was du eigentlich sagen möchtest. Ziel sind neue Formen der Kommunikation und des nonverbalen Austauschs. **Verzeihensprozesse** helfen euch Basisverabredung eurer Beziehung als Fundament zu legen. Wie viel Mut zu Verantwortung und Verpflichtung kannst du übernehmen und was hindert dich daran? **Nähe und Distanz** ist für viele Paare ein zentrales Thema. Wie können wir Intimität und Distanz aushalten und genießen lernen und miteinander den Tanz zwischen Gemeinsamkeit und Individualität tanzen? Eine **integrale Beziehungskultur** bedeutet Entwicklung und Liebe in den Mittelpunkt zu stellen, Gemeinsamkeiten und Unterschiede verstehen und schätzen zu lernen, und gegenseitige Unterstützungsmöglichkeiten zu entwickeln, um eine bewusste, glückliche Beziehung zu leben.

Ein evolutionäres Upgrade für Beziehungen

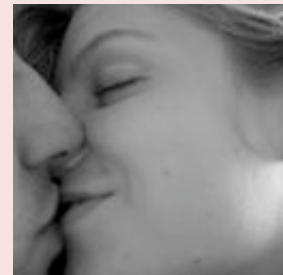
Nach Absolvierung des Trainings werdet ihr euch und eurer Partnerschaft bewusster sein und eure Wunden tieferes Heil erfahren haben. Ihr werdet eure Beziehungspotentiale besser einbringen können, um eure Partnerschaft als beglückende Form gelebter Liebe zu genießen. Ihr werdet eine individuelle Beziehungskultur entwickeln, in der gegenseitiges Verstehen, Teilen und Unterstützen genauso Raum finden wie Respekt und Akzeptanz. Ihr werdet Würdigung und Liebe für euch selbst finden und lernen, den anderen in seinem So-Sein zu lieben und zu unterstützen.

Gelebte Liebe gehört zu dem Wunderbarsten, was ein Mensch erfahren kann. Hier kommen Freiheit und Verantwortung zusammen zu einer neuen Art der Verpflichtung für sich selbst, die Beziehung, die Familie und die Liebe. Und als integral Bewusste wissen wir, dass auch die Liebe sich entwickelt, nicht in ihrer Potentialität, sondern in der Art wie sie erlebt und in Form gebracht wird.

Die Zeit ist reif für ein Beziehungs-Upgrade:
Lasst uns gemeinsam diese neue Furche
in den Sand der Evolution ritzen!

Partnerschnupperabende:

Datum: Freitag, 18. Nov. 2011
Datum: Freitag, 24. Feb. 2012
Zeit: 18.00 – 21.00 Uhr
Kosten: 20 € pro Person
Ort: OHC, Hannover, s.u.



Details:

Zeiten:
4 Wochenenden in 2012

Samstags von 10 - 18 Uhr
Sonntags von 10 - 15 Uhr

Termine:

17. - 18. März 2012
14. - 15. April 2012
15. - 16. September 2012
13. - 14. Oktober 2012

Preis:

185 € pro Person und Wochenende
Frühbucherrabatt:
10 % Erlass bei vollständiger
Überweisung bis Jahresende
Rücktritt bei Stellen von
Ersatzteilnehmern

Ort:

Open Heart Center
Oeltzenstr.13
30169 Hannover

Anmeldung & Kontakt:

bitte via E-Mail an:
info@open-heart-center.de
Brigitte & Dirk Arens
Telefon: 0511-2834745

Dies ist eine Veranstaltung des Open Heart Centers. Die Anmeldung und Abwicklung erfolgt ausschließlich über das OHC.

Anmeldung: info@open-heart-center.de, Tel. 0511 - 28 34 745

www.open-heart-center.de / www.dieintegraleakademie.org