

# INTEGRALE BEZIEHUNGEN

Abendveranstaltung mit Autor Martin Ucik

Freitag 23.03.2012 von 19.00 bis 22.00 Uhr,  
15 Euro (für Mitglieder Integrales Forum 10 Euro)

im OMEGA Zentrum, Pfinztalstraße 73, Karlsruhe-  
Durlach



Mit der Frauenbewegung des letzten Jahrhunderts haben sich auch die Ansprüche an Männer, die in einer befriedigenden Liebesbeziehung sein möchten, erhöht. Viele moderne und postmoderne Männer stolpern orientierungslos umher wenn sie eine Partnerin suchen oder Beziehungsprobleme aufkommen, während immer mehr Frauen das Gefühl haben, dass sie lieber alleine wären als mit einem Beziehungsideologen zu leben.

Eine modifizierte und erweiterte Version von Ken Wilbers integralem Modell bringt erstaunliches Licht in das Dunkel des Beziehungsdschungels des 21. Jahrhunderts. Im ersten Teil des Abends sprechen wir über weibliche und männliche Geschlechtermerkmale und Wachstumspotentiale, und wie diese die Resonanz zwischen Partnern auf der Ebene von Körper, Geist, Herz und Seele beeinflussen. Diese Einsichten erlauben es uns acht Formen der Liebe in Bedürfnis- und Seinsorientierten Beziehungen zu definieren. Integral informierte Männer und Frauen können Probleme frühzeitig erkennen, entscheiden ob es sich lohnt in eine Beziehung zu investieren, oder diese mit Liebe und Mitgefühl zu beenden und einen passenderen Partner zu finden.

Über Geschlechterunterschiede und Entwicklungsstufen im Rahmen von Liebesbeziehungen zu hören provoziert oft tiefe emotionale Reaktionen. Im zweiten Teil des Abends haben Sie daher Gelegenheit Ihre Gefühle und Gedanken in kleinen Gruppen auszutauschen, von anderen Teilnehmern zu hören, und kritische Fragen an den Vortragenden zu stellen.

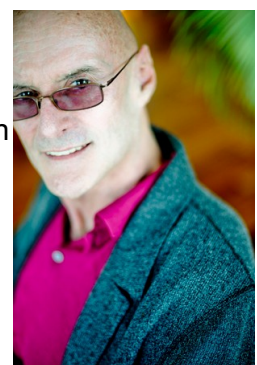


**Martin Ucik** ist ein in Deutschland geborener Unternehmer, der mit Eckhart Tolle eine Ausbildung zum Power of Now Gruppenleiter machte und [www.singles2couples.org](http://www.singles2couples.org) gründete, einen Verein für gesunde Beziehungen. Seine Studien von Ken Wilber's Integralem Modell ermöglichten ihm seine persönlichen Erfahrungen als geschiedener Vater und die Weisheit von über 200 Beziehungsbüchern in sein Buch Integral Relationships: A Manual for Men zu integrieren, welches Ken Wilber "ein grandioses Buch" nennt. Er lebt in Santa Rosa, Kalifornien. [www.integralrelationship.com](http://www.integralrelationship.com)

## Ken Wilber über das Buch:

"Ein erstaunlich vollständiges Handbuch für Männer basierend auf praktisch allen Elementen des Integralen Modells - was in sich selbst schon eine beachtliche Leistung darstellt. Und die Ratschläge haben wirklich Hand und Fuß. Ein großartiges Buch!"

- Ken Wilber



## 12 Grundwerte für Integrale Beziehungs-Evolutionäre:

1. Wir entscheiden uns zu lieben, anstelle von etwas, das uns „widerfährt“ oder das wir anziehen.
2. Wir sehen die Tiefe unserer Herzens- und Seelenverbindung sowie den Grad unserer Demut und Hingabe als Indikator für unsere psychische Gesundheit und spirituelle Verwirklichung.
3. Wir transzendieren unsere primäre Ur-Phantasie und gründen unsere Beziehung auf seinsbezogene Werte, anstelle von materieller, sexueller oder emotionaler Bedürftigkeit.
4. Wir nutzen unser Beziehungen für gegenseitiges Lernen, Heilen, Wachstum und Erwachen, um die Fähigkeit zu entwickeln bedingungslos zu lieben.
5. Wir nehmen eine evolutionäre Perspektive ein und haben eine integrale, transpersonale oder höhere Ebene des Bewusstseins erreicht oder streben sie an.
6. Wir bemühen uns kontinuierlich, unsere gesunden weiblichen und männlichen Polaritäten zu entwickeln, ins Gleichgewicht zu bringen und zu harmonisieren und begegnen einander als gegensätzlich und ebenbürtig, um Synergien auf der Ebene aller sieben Chakras zu schaffen.
7. Wir teilen ein gemeinsames Ziel unserer Beziehung, das größer ist als jeder von uns für sich allein und stellen dies in den Dienst des größtmöglichen Nutzens für die größtmögliche Anzahl von Menschen.
8. Wir praktizieren eine Form der integralen Lebenspraxis mit Modulen für die Gesundheit von Körper, Geist, Spirit/Seele und Schatten, sowie Ethik, Sexualität, Arbeit, Emotionen und Beziehungen.
9. Wir vereinbaren ausdrücklich, uns gegenseitig unsere jeweilige Wahrheit zu sagen und die des Anderen anzuhören, ohne es zu brauchen, dass diese vom Partner bestätigt oder akzeptiert wird. Wir übernehmen die Verantwortung für unsere eigenen emotionalen Reaktionen auf die Wirklichkeit unseres Partners.
10. Wir setzen beide gesunde Grenzen und respektieren die unseres Partners.
11. Wir teilen unsere materiellen Ressourcen und verfolgen einen ökologisch und sozial verantwortlichen Lebensstil.
12. Wir praktizieren eine heilige/ tantrische Sexualität und entscheiden uns für Monogamie aus freier Wahl anstelle von Angst.