

## Liebe Leben 2

Die **1. Phase** ist eine **Paradiesphase**, in der die meisten Bedürfnisse erfüllt werden. Diese Phase ist schmerzlich vergänglich und es folgt die **2. Phase** der **Grenzkklärungen**, in der wir erkennen und anerkennen müssen, dass der Partner ein Individuum mit eigenen Belangen ist. Hier gibt es Grenzkämpfe und viele Paare verharren hier. Eine vollkommene Klärung ist nötig um in die **3. Phase** einzutreten, **dem JA-Wort**. Jetzt findet eine erneute tiefere Entscheidung für die Bindung statt. Hier vertraut das Paar darauf, miteinander Wege zu finden und nicht zu flüchten, wenn es unangenehm wird. Die Beziehung wird zu einem Ort der Ruhe. Hier öffnet sich der Weg in die **4. Phase: die große LIEBE**. Die Partner sind in der Lage eine Balance zu halten zwischen ihren eigenen Bedürfnissen und dem mitfühlenden Einbeziehen der Bedürfnisse des Partners. Es findet darüber kein Kampf statt, sondern die Partner sind Freunde mit einer starken leidenschaftlichen Bindung. Die Beziehung bekommt Glanz. Daraus entwickelt sich die **5 Phase: der LIEBE zu dienen**. Das Paar kennt sich ohne alle Masken und hat sich gemeinsam in dem erschaffenen Beziehungsraum niedergelassen. Alle Höhen und Tiefen sind durchlebt, das Paar fühlt sich beieinander zu Hause. Sie können jetzt in die Welt hineinwirken und beginnen der LIEBE zu dienen, indem sie sich selbst überschreiten.

Datum: 21. - 22. April 2018  
 25. - 26. August 2018  
 Zeit: Samstag: 10.00 – 18.00 Uhr  
 Sonntag: 10.00 – 15.00 Uhr  
 Kosten: Wochenende 210 €/Pers.  
 (nicht einzeln buchbar)

Frühbucherrabatt: 10% Erlass bei vollständiger Paarüberweisung.  
 3 Monate vor Kursbeginn. 5% Erlass bei vollständiger Überweisung.  
 2 Monate vor Kursbeginn. Rücktritt bei Stellen von Ersatzteilnehmern.

## Über uns

**Dirk und Brigitte Arens**  
 30169 Hannover | Oeltzenstraße 13  
 Tel: 0511 | 28347-45 |-42  
[www.open-heart-center.de](http://www.open-heart-center.de)  
[info@open-heart-center.de](mailto:info@open-heart-center.de)



**Dirk Arens** ist seit 22 Jahren Heilpraktiker, seit 21 Jahren in eigener Praxis vorwiegend mit der Ausübung homöopathischer Heilkunde beschäftigt und unterrichtet seit 16 Jahren Meditation. Sein eigener Weg führte ihn von der linkspolitischen Bewegung der 80 er Jahre zum New Age der 90er. Der Diamond Approach von Almaas brachte ihn zu Ken Wilbers Philosophie der integralen Theorie von allem.



**Brigitte Arens** ist seit 31 Jahren Heilpraktikerin, seit 26 Jahren in eigener Praxis. Sie gibt seit 31 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 & andere Methoden zur Bewusstseinsentwicklung lernte. Der Diamond Approach von Almaas brachte sie gemeinsam mit ihrem Mann zu Ken Wilbers. Sie ist Mutter einer 29 jährigen Tochter.

Brigitte und Dirk haben seit 25 Jahren eine Liebesbeziehung und arbeiten seit 22 Jahren zusammen in einer Praxis. Seit dieser Zeit geben sie gemeinsam Kurse. 2004 gründeten sie das Open Heart Center in Hannover, das sich als integrales Zentrum für Bewusstseinsentwicklung versteht.

## OPEN HEART CENTER

Zentrum für Bewußtseinsbildung  
 & Persönlichkeitsentwicklung



Partnertraining  
 „Liebe leben“ 2018

## Liebe Leben 1

Wir leben in einer sehr komplexen Zeit, die an eine Partnerschaft viele und hohe emotionale und soziale Erwartungen stellt, die nur durch gereifte Menschen und Paare erfüllt werden können.

Das Partnertraining ist ein Angebot für Paare, die die LIEBE in ihrer Beziehung reifen und entwickeln möchten, um ihre Partnerschaft zu einem Ort der Inspiration, des Vertrauens, eines reifen Umganges, Respektes und Glückes zu machen. Wir bieten in diesem Training an 4 Wochenenden Basisprozesse an, in denen ihr ein grundlegendes neues Verständnis von gelebter Liebe in einer Beziehung entwickeln könnt. Gemeinsamkeiten und Unterschiede verstehen und schätzen zu lernen, und gegenseitige Unterstützungsmöglichkeiten entwickeln, um eine bewusste Beziehung zu leben.

### Die Beziehungsstruktur verstehen und verändern

- Stressthema der Beziehung aufdecken
- Hintergründe des Stressthemas erkennen und neue Lösungen finden.

### Labyrinth der Projektionen

- Das eigene Beziehungsthema verstehen
- Die eigenen Schatten aufdecken
- Projektion auf den Partner zurücknehmen lernen

### Reaktionsmuster auf unerfüllte Sehnsüchte

- Grundformen der Verlassenheits- und Vereinnahmungsstruktur erkennen
- Die Wippe aus Hinterherlaufen und Zurückweisen durchbrechen
- Lernen mit Abhängigkeiten bewusst umzugehen

### Nähe - Distanz

- Intimität und Distanz aushalten und genießen lernen
- Balance aus Intimität und Individualität entwickeln

### Feminin - Maskulin

- Was ist Weiblichkeit / Männlichkeit und wie beantworten wir uns darin?
- Prozesse im Kreis der Männer und Frauen

### Kommunikationsformen

- Forderungsstrategien bewusst machen
- Welche unbewussten Kommunikationsstile benutzt du in deiner Beziehung und was möchtest du eigentlich sagen
- Eine reife Kommunikationskultur entwickeln
- Verzeihen anstatt es ungefiltert in die Kommunikation fließen zu lassen

### Eine neue Beziehungskultur entwickeln

- Das Fundament eurer Beziehung klären und Basisverabredungen konstituieren
- Mut zur Verantwortung und Verpflichtung
- Lernen Entwicklung und Liebe in den Mittelpunkt zu stellen
- Gegenseitige Unterstützungsmöglichkeiten entwickeln
- Die bewusste, glückliche Beziehung

Nach Absolvierung des Trainings werdet Ihr eine individuelle Beziehungskultur entwickelt haben, in der gegenseitiges Verstehen, Teilen und Unterstützen genauso Raum finden wie Respekt und Akzeptanz. Gelebte Liebe gehört zu dem Wunderbarsten, was ein Mensch erfahren kann. Hier kommen Freiheit und Verantwortung zusammen und wir erleben, dass die Liebe sich entwickelt, nicht in ihrer Potentialität, sondern in der Art wie sie erlebt und in Form gebracht wird.

### Schnupperabend:

Datum: Freitag, 01.12.2017 & Freitag, 23.02.2018

Zeit: 18.00 – 21.00 Uhr

Kosten: 20 €/Pers. | Zielgruppe: Paare

### Jahrestaining:

Datum: 24.-25. Febr. 2018 | 5.-6. Mai 2018

22.-23. Sept. 2018 | 24.-25. Nov. 2018

Zeit: Samstag: 10.00 – 18.00 Uhr

Sonntag: 10.00 – 15.00 Uhr

Kosten: Wochenende 210 €/Pers.

(nur als Jahrestaining zu buchen)

Frühbucherrabatt: 10% Erlass bei vollständiger Paarüberweisung.  
3 Monate vor Kursbeginn. 5% Erlass bei vollständiger Überweisung.  
2 Monate vor Kursbeginn. Rücktritt bei Stellen von Ersatzteilnehmern.



## Liebe Leben 2

Für Paare, die **Liebe Leben 1** absolviert haben  
Im „**Liebe leben 2 – Aufbauseminar**“ findet jedes Paar eine Fortsetzung des „Liebe Leben- Basis- Jahrestainings“.

Die Motivation an diesem Seminar teilzunehmen, wird nicht in erster Linie aus dem Gefühl gespeist, das Seminar wirklich zu brauchen. Vielmehr finden sich hier Paare, die eine relativ gute Basis geschaffen haben und von der Sehnsucht geleitet sind, das Potential ihrer Liebe weiter auszuschöpfen und ihre Liebe in ihrer Tiefendimension weiter zu entwickeln.

Das macht dieses Seminar so außergewöhnlich, da alle Paare die Grundlagen im LIEBE LEBEN Jahrestaining bereits gelegt haben.

Auch wenn ihr die Techniken und das Wissen nicht präzise umsetzen könnt, oder es so scheint, als wenn manche Probleme nicht lösbar sind, kann es sein, dass sich in diesem Prozess neue Perspektiven entwickeln, die plötzlich Land in Sicht bringen.

Glück und Glanz und die Vertiefung unserer Beziehung brauchen Geduld, Zeit, Offenheit und Pflege.

Wir sehen die Liebe in einer Beziehung als dynamischen Prozess, der sich durch 5 Phasen bewegt und auf 3 Kernelementen beruht:

**Intime Freundschaft, Leidenschaft und Bindung.**