

## Über uns

### Dirk und Brigitte Arens

30169 Hannover | Oeltzenstraße 13

Tel: 0178 | 1 475 556

[www.open-heart-center.de](http://www.open-heart-center.de) | [info@open-heart-center.de](mailto:info@open-heart-center.de)

Postbank Hannover

IBAN: DE02430609671266180000 | BIC: GENODEM1GLS

USt.-IdNr.: 106/3045514



**Dirk Arens** ist über 20 Jahren Heilpraktiker in eigener Praxis vorwiegend mit der Ausübung homöopathischer Heilkunde beschäftigt und hat 20 Jahren Meditation unterrichtet. Sein eigener Weg führte ihn von der linkspolitischen Bewegung der 80er 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 über 30 Jahren Heilpraktikerin in eigener Praxis. Sie gibt seitdem 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.

Brigitte und Dirk haben seit 30 Jahren eine Liebesbeziehung und arbeiten seit über 20 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. Sie sind Eltern einer erwachsenen Tochter.

## Partnertraining „Liebe Leben“ 2022/23



OPEN HEART CENTER

Zentrum für Bewusstseinsbildung  
& Persönlichkeitsentwicklung

## Liebe Leben 1 - Basis Seminar

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 zu 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?

### Kommunikationsformen

- Forderungsstrategien bewusst machen
- Welche unbewussten Kommunikationsstile benutzt du in deiner Beziehung und was möchtest du eigentlich sagen
- Eine reife Kommunikationskultur entwickeln

### Eine neue Beziehungskultur entwickeln

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

### Jahrestraining:

Datum: 10.-11. Dez. 2022 | 14.-15. Jan. 2023  
11.-12. Febr. 2023 | 04.-05. März. 2023

Zeit: Samstag: 10.00 – 17.30 Uhr  
Sonntag: 10.00 – 15.00 Uhr

Kosten: Wochenende 250 €/Pers.  
(nur als Jahrestraining zu buchen)

**Wir vereinbaren gerne einen kostenlosen Kennenlernertermin per Zoom.**

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