

„Als Männer brauchen wir brüderliches Zusammenwirken für Würde, Verletzlichkeit und Präsenz, um in der Lage zu sein, das weibliche Geschenk zu empfangen. Das ist die persönliche und soziale Herausforderung unseres Zeitalters.“

Mark Josephs-Serra



Kolja Güldenberg

Jg.1970, eine Tochter
Dipl. Kultur- und Theaterpädagoge,
Mediator, Kampfkunstlehrer, Integraler
Unternehmensberater. Empathie, spirituelle
Verbindung, Gemeinschaftsfähigkeit und
Potenzialentfaltung sind seine Hauptanliegen.

www.konfliktspezialisten.de



Sharan Thomas Gärtner

Jg. 1958, 2 Töchter
Männertrainer und Coach, Gemeinschaftserfahrung
seit 1983. Aus- und Fortbildungen in
Humanistischer Psychologie, Körperarbeit
und Gewaltfreier Kommunikation. Arbeitet
heute in einem Netzwerk mit anderen

Männer-Trainern für seine Vision von der „Liebe zum
Mann-Sein“.

www.liebe-zum-mannsein.de

Methoden

- Körper- und Energiearbeit, Musik, Tanz
- Achtsamkeitstraining, Stille und Meditation
- Schwert-Übungen, Nature walk
- Forum und Umgang mit Emotionen
- Schattenarbeit
- Werkzeuge für Kommunikation in Beziehungen
- Integrale Lebenspraxis

Möglichkeit zu Einzelcoachings und
jährlichen Fortbildungstreffen.

Männerjahrestraining 2017



„Der Krieger“

Im Kreis der Männer
30. März – 2. April 2017 im ZEGG

„Der Heiler“

Die eigene Wunde annehmen
14. – 18. Juni 2017 in Gottsdorf

„Der Liebhaber“

Liebe, Sex und Spirit
7. – 10. September 2017 in Gottsdorf

„Der König“

Persönliche Vision und Lebensaufgabe
19. – 22. Oktober 2017 im ZEGG

Infos und Anmeldung

g.sharan@t-online.de

Tel. 0173-6063794

www.liebe-zum-mannsein.de www.zegg.de

Ort: 1+4: ZEGG Bildungszentrum in Bad Belzig
2+3: Landhaus Gottsdorf bei Berlin

Zeit: Mi/Do 18.30 Uhr bis So 14 Uhr

Kursgebühr:

Do – So KG 220/260/300 € (nach Einkommen)

Mi – So KG 300/340/380 € (nach Einkommen)

jeweils zzgl. U&V

Teilnahme an einzelnen Seminaren
nach Absprache möglich.

MÄNNER JAHRESTRaining

März bis Oktober

2017



Bewusst Mann Sein

- 1 Der Krieger
- 2 Der Heiler
- 3 Der Liebhaber
- 4 Der König

Sharan Thomas Gärtner
Kolja Güldenberg

ZEGG in Bad Belzig 
Landhaus Gottsdorf bei Berlin

Klarheit – Verantwortung – Transformation

Verspürst du einen Ruf nach **Entwicklung**, nach mehr Essenz, nach **Erfüllung**?

Das Männer-Jahrestraining bietet dir eine intensive Begleitung über ein Jahr in einer unterstützenden Gruppe zwischen **Herausforderung** und Selbst-Verantwortung. Eine Chance für persönliches **Wachstum**, für wahrhaftige männliche Spiritualität und initiatorische Erfahrungen.

Die vier Archetypen Krieger, Magier/ Heiler, Liebhaber und König repräsentieren dabei wesentliche **Lebensthemen**, denen wir uns als Mann im Lauf unserer Entwicklung stellen müssen.

Im Kreis der Männer wirst Du auf deinem Weg zu Dir selbst ein großes Stück vorankommen; zu mehr **Selbstliebe**, Selbstvertrauen, Beziehungsfähigkeit und **männlicher Identität**. Du lernst Grundlagen für eine kontinuierliche **integrale Lebenspraxis** kennen, mit der du deine **Vision** in deinen Alltag integrieren kannst.

Wir schöpfen dabei aus unseren langjährigen Erfahrungen in der Männerarbeit, der initiatorischen Begleitung von Jungen und dem Leben in Gemeinschaft.

„Der Krieger“ – Im Kreis der Männer 30. März – 2. April 2017

Wir erschließen uns die elementare Kraft des wilden Mannes, den Zugang zur Kraft der Wut und die Qualität von Ausrichtung und Entschiedenheit. Im Vertrauensraum unter Männern unterstützen wir uns gegenseitig bei unseren Themen:

- Aussöhnung mit dem Vater
- Freundschaft und Konkurrenz unter Männern
- Grenzen setzen und Entscheidungen treffen
- Das Schwert führen & unser Zentrum stärken

Der Kontakt zu unserer inneren Kraft ermöglicht echte Autonomie und Klarheit.

„Der Heiler“ – Die eigene Wunde annehmen 14. – 18. Juni 2017

Wir nutzen die Kraft der Gefühle, insbesondere Angst, Trauer und Scham für unsere innere Heilung. Was braucht der kleine Junge in uns und welche Schatten aus unserer Geschichte möchten angeschaut und integriert werden?

- Heilung des männlichen Herzens
- Mitgefühl und Liebesfähigkeit
- Entwickeln von reifer Freiheit
- Schattenarbeit und Transformation

Wir verbringen eine Wach-Nacht der Transformation allein im Wald.

„Der Liebhaber“ – Liebe, Sex und Spirit 7. – 10. September 2017

Wir erforschen die Kunst des Liebens in den Beziehungen unseres Lebens. Wie werden wir liebesfähig und wie wird Sexualität zum Ausdruck unserer Verbundenheit mit der Quelle?

- Mann – Frau Kommunikation und Versöhnung
- Mutterbeziehung und Kontakt zu Frauen
- Slow Sex und Polaritätsmodell
- Süchte und Sehnsüchte

Der Liebhaber weiß um die Quellen des Lebens und ehrt seinen Körper.

„Der König“ – Vision und Lebensaufgabe 19. – 22. Oktober 2017

Durch die tiefe Würdigung für uns selber entsteht natürliche Autorität, Selbstverantwortung und innere Freude. Wir nutzen verschiedene Rituale, um uns zu reinigen, zu verbinden und um unsere Absichten zu bekräftigen.

- Männliche Spiritualität
- Tod, Sterben und Hingabe
- Beruf und Berufung
- Wirken in der Welt

Der König kennt seine Lebensthemen und stellt sich verantwortlich in den Dienst des Lebens.

