

INTEGRALE MÄNNLICHKEIT

Alle Männer haben einen potenziellen Zugang zu ihrer archaischen und ihrer sensitiven Seite. Aber viele fürchten sich vor den Schattenseiten der jeweiligen Seite: Dominanz und Passivität. Dabei kann eine voll entwickelte archaische Kraft unsere Sensitivität erden. Und eine voll gelebte Sensitivität hilft uns, in unserer Urkraft auch achtsam und berührbar zu bleiben.

In diesem Männertraining kannst du deine archaischen und sensitiven Seiten stärken und zu einer neuen Qualität vereinen: Integrale Männlichkeit.



Integrale Männlichkeit heißt: In der Lage zu sein, je nach Situation eine gemäßigte, rationale Männlichkeit einzusetzen. Oder eine präsente, durchsetzungsstarke. Oder eine einfühlsame, sensitive. Ein unerschütterlicher Streiter zu sein. Ein einfühlsamer Vater. Ein Mann der klaren Worte. Ein beherzter Kollege. Ein verständnisvoller Partner. Ein Liebhaber, der wild und trotzdem zärtlich ist.

Im Mittelpunkt jedes Wochenendes steht ein kraftvolles Ritual, in dem du alte Muster verabschieden und neue Qualitäten ins Leben holen kannst. Neben Wissensvermittlung, Selbstreflexion, Körper- und Prozessarbeit geht es uns insbesondere um den konkreten Nutzen des Erlebten im täglichen Leben.

Die Seminare sind inspiriert u.a. von Ken Wilber, Thomas Scheskat, David Deida, Marshall Rosenberg und Thomas Hübl.

Ausführliche Beschreibung, Veröffentlichungen, integrale Schaubilder und Fotos unter www.maennlichkeit-leben.com

INITIATION IN EIN NEUES MANN-SEIN

**Du willst raus aus der gemäßigten Männlichkeit?
Und raus aus dem Selbstoptimierungs-Wahn?
Dann finde deinen Weg in unser dreiteiliges Männertraining!**

Nimm dir Zeit, um eine neue Qualität in dein Mann-Sein zu bringen! Nutze unsere Erfahrung und nutze die Gemeinschaft unter Männern – erschließe dir mehr Power, ein tieferes Empfinden und eine gereifte Beziehungsfähigkeit.



Christian Bliss, Jahrgang 1976, Diplom-Pädagoge, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, Vater eines Sohnes. Männerseminare, Aggressionstrainings und Initiationen für junge Männer seit 2008. Leitung eines Bundesprogramms für Männer. Seit 2016 Mitarbeiter des

Bundesforum Männer. Kommunikationstrainings und Coachings in Unternehmen und Organisationen.

www.empathisch-erfolgreich.de



Sharan Thomas Gärtner, Jahrgang 1958, Männertrainer und Coach, Männerarbeit seit 2001, Männer-Jahrestrainings, Seminare, Kongresse und Veröffentlichungen zu Männerthemen. 2001-2015 Mitglied der ZEGG-Gemeinschaft, Vater von zwei

Töchtern. Begleitet auf Anfrage bestehende oder sich gründende Männergruppen. Einzel- und Paarcoaching.

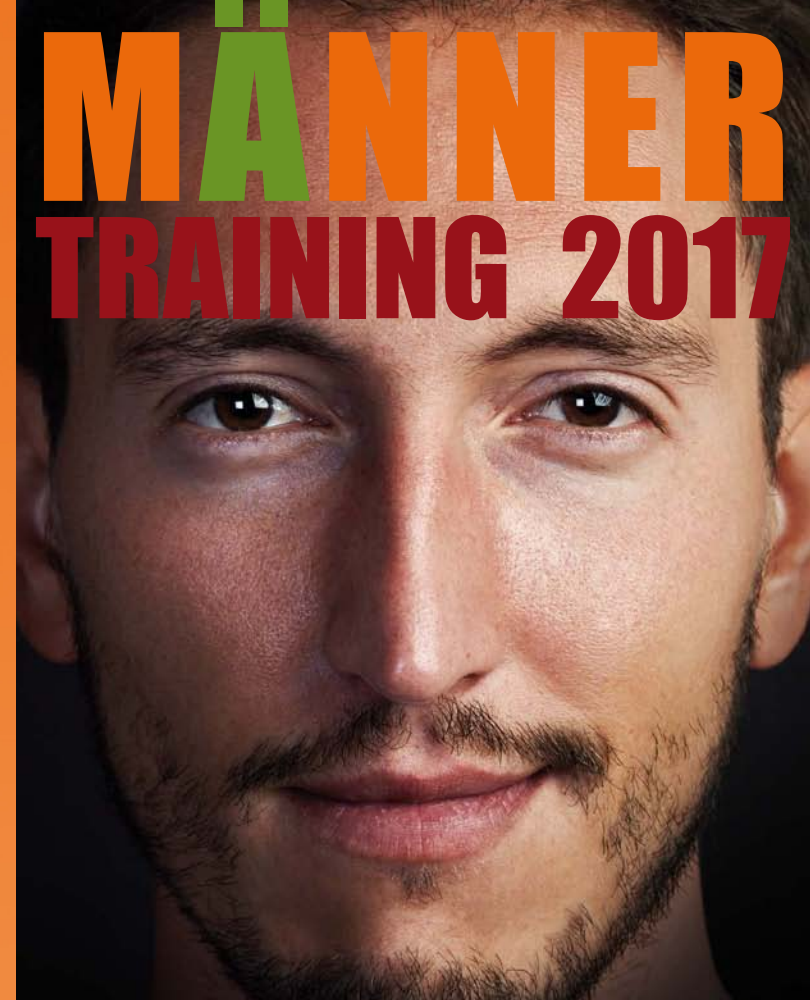
www.liebe-zum-mannsein.de

Infos & Anmeldung

info@maennlichkeit-leben.com
Tel. 030 – 405 29672

Kursgebühr: 240-320 EUR pro Seminar
Paketpreis 650-890 EUR
zzgl. Unterkunft & Verpflegung
Teilnahme an einzelnen Seminaren möglich

MÄNNER TRAINING 2017



**EIN ANDERES MANN-SEIN
IST MÖGLICH !**

06.-09. April | Deine Urkraft stärken
22.-25. Juni | Das Herz weiten
23.-26. Nov | Beziehungen leben

Christian Bliss
Sharan Thomas Gärtner

Seminarzentrum Parimal bei Göttingen



DEINE URKRAFT STÄRKEN

06. bis 09. April 2017

Deine männliche Urkraft wieder finden. Entschlusskraft festigen. Präsent und geerdet deinen Weg gehen und das Leben feiern.

Archaische Männlichkeit ist impulsiv, spontan, kraftvoll, mitreißend, triebhaft. Die meisten Männer halten ihre archaische Seite wie ein wildes Tier im Käfig. Manchmal brüllt es zwar, aber insgesamt führt es eher ein Schattendasein. Und das hat individuelle und kollektive Gründe. Trainingsinhalte:

- Selbstreflexion: die Angst vor der eigenen Kraft anerkennen, alte Glaubenssätze auflösen
- Schattenarbeit: vom bedrohlichen Gewaltpotenzial zu purer Lebenskraft und sexueller Integrität
- Potenzialentfaltung: der eigenen archaischen Kraft vertrauen, Präsenz und Kreativität stärken
- den „wilden Mann“ und „Krieger“ erwecken
- Körper: Kraft erwecken durch körperlichen Wettkampf bis an die Leistungsgrenze
- Von einem (selbst-) destruktiven zu einem kraftvollen, lebensbejahenden Verhalten
- Beziehungen: Verantwortung und Fürsorge mit innerer Freiheit verbinden

DAS HERZ WEITEN

22. bis 25. Juni 2017

Entschleunigung. Deine Herzkraft vergrößern. An Deine Gefühle rankommen. Deine Sensibilität und Berührbarkeit als Stärken ausbauen.

Sensitive Männlichkeit ist intuitiv, feinfühlig, weich, subtil, berührbar. Es gibt viele Männer, die kaum etwas über ihre sensitive Seite wissen. Und dann gibt es Männer, die ein geheimes emotionales Doppelleben führen, das sie nach außen nicht preisgeben. Sensitive Männlichkeit zu leben erfordert Mut. Trainingsinhalte:

- Bewusstsein: einen Raum eröffnen, in dem das Sensitive ans Licht kommen kann
- Gefühle: subtile Empfindungen voll fühlen und ausdrücken
- Empathie, Intuition und spirituelle Anbindung stärken
- Schattenarbeit: Passivität und erlittene Verletzungen überwinden, Gefühlskälte und Abwehrhaltung ablegen
- Kulturelle Prägungen: den Mythos der Unverwundbarkeit auflösen
- Tabus lüften: von emotionaler Verpanzerung zu Herzöffnung und Berührbarkeit
- Verhalten: den Mut haben, sich im Alltag als gefühlvoller Mann zu zeigen

BEZIEHUNGEN LEBEN

23. bis 26. Nov 2017

Erfüllende Verbindungen eingehen. Alte Wunden heilen. Deine Liebe geben und Dir selbst treu bleiben. (mit Mann-Frau-Begegnungstag)

Wir Männer sind unseren Frauen dann ein gutes Gegenüber, wenn wir klar und gut mit unserer Männlichkeit verbunden sind. Dieses Training kann der Aufbruch zu einer neuen Beziehung für dich sein – zu dir selbst und zu den Frauen. Das Wochenende findet parallel zu einem Frauen-Jahrestraining statt. Ein Begegnungstag zwischen Männern und Frauen bietet Raum für Rituale der Klärung, Versöhnung und Wertschätzung. Trainingsinhalte:

- Einstellungen: zu einem Frauen-unabhängigen Selbstwert finden
- Gefühle: Die Angst vor Nähe und die Angst vor Distanz anerkennen
- Wissen: tieferes Verstehen von Beziehungsdynamiken anhand von (Polaritäts-)Modellen
- Schattenarbeit: destruktive Beziehungsbilder erhellen, eingeschliffene Manipulationen zwischen Mann und Frau auflösen
- Vom gewohnten Rollenverhalten zu einer neuen Liebes- und Beziehungskultur finden

