

Kurs im „BF“ in Minden
4. September und 5. September 2010
Integrale Lebenspraxis – SEIN und WERDEN
Schwerpunktthema: Schattenarbeit
Mit Michael Habecker (DIA) und Helmut Dörmann

An den beiden Tagen steht die Einübung und Vertiefung von Übungen einer Integralen Lebenspraxis mit Schattenarbeit als Schwerpunkt im Mittelpunkt. Auf der Basis verschiedener Module einer integralen Lebenspraxis (Ken Wilber) praktizieren wir als „SEIN-Übung“ stilles Sitzen (Meditation der Sammlung). „WERDEN-Übungen“ des Kurses sind: Heilendes Tönen - Chakren öffnen und Blockaden lösen; Tonglen - Transformation von negativen Emotionen; angeleitete Gebetsgebärden; die Rücknahme von Projektionen („Schatten“) und deren Integration. Zum Kurs gehören außerdem Vorträge und Gruppenaustausch zum Thema Schattenarbeit.

Michael Habecker, Jahrgang 1953, Ingenieur mit langjähriger Industrieerfahrung, seit 1993 als Gitarrenpädagoge, Musiker und Seminarleiter tätig. Beschäftigung mit Ken Wilbers Werk seit 1985, langjährige Mitarbeit im Vorstand des Arbeitskreises Ken Wilber, Mitglied im Vorstand der integralen Initiative Frankfurt, DIA Referent. Mitübersetzer von „Integrale Psychologie“ und Übersetzer von aktuellen Wilber- Internetveröffentlichungen. Autor des Buches „Ken Wilber – eine integrale (R)evolution“- und zahlreicher veröffentlichter Artikel zu Wilbers Werk. Redaktionelle Mitarbeit im „Multinexus“: www.multinexus.org

Helmut Dörmann Jahrgang 1957, Gestalttherapeut, Koordinator des Hospizkreises Minden, Lehrer und Vorstandsmitglied der Würzburger Schule der Kontemplation, Supervisor, 3-jährige Ausbildung in kontemplativer Psychologie, 3-jähriges Training als Meditationsanweiser bei Upaya (Gesellschaft für kontemplative Psychologie), Kursleiter am Benediktushof – Zentrum für spirituelle Wege. Seit 8 Jahren leitet er eine Meditationsgruppe in Minden (seit drei Jahren Ausrichtung: Integrale Spiritualität).

Kurzinfos:

- Termin: Samstag 4. 9. (9.30 Uhr bis 18.00 Uhr) und Sonntag 5. 9. (9.30 Uhr bis 15.00 Uhr).
- Kursgebühr: 95,00 Euro.
- Sitzgelegenheiten (Matten, Kissen und Hocker) sind vorhanden.
- Verpflegung: Am Samstag ist es möglich, sich in Mindens Altstadt selbst zu verköstigen. Sonntagmittag versorgen wir uns selbst (jeder bringe bitte etwas zu essen und zu trinken für eine große Tafel mit).
- Unterbringung: „Auswärtige“ Teilnehmer/innen können bei Gruppenteilnehmern oder in einer nahe gelegenen Pension bzw. einem Hotel übernachten.
- Veranstaltungsort: „BF“ (Bildungswerk und Forum für Gesundheit und LebensArt), Alte Kirchstraße 11, in Minden.
- Anmeldung: „BF“ bf@bf-minden.de oder unter 0571/260 85
- Bitte beachten: begrenzte Teilnehmerzahl.

Weitere Informationen: Helmut Dörmann; doermann@teleos-web.de; 0571/32 06 23