



Liebesbeziehungen - ein Workshop für Paare und Menschen, die in enger Verbindung miteinander stehen

Zur Stärkung der Liebe innerhalb von Beziehungen

Eine intakte Paarbeziehung ist eine der größten Kraftquellen unseres Lebens. Ebenso eine tiefe, innige Freundschaft, oder z.B. auch eine starke geschwisterliche Verbindung.

Diese gesunde oder „heile“ Beziehung ist geprägt von echter Liebe, Aufrichtigkeit und Wunsch, sich gegenseitig zu unterstützen, das Beste aus sich herauszuholen, gesund zu bleiben und alte Wunden zu heilen.

Damit diese Kraftquelle als solche erhalten bleibt und darüber hinaus an Stärke und Heilungspotenzial gewinnen kann, ist ein hohes Bewusstsein erforderlich und eine gute Kenntnis des eigenen Selbst. Ebenso wichtig sind eine gesunde Neugier, ein aufrichtiger Wunsch und die Bereitschaft für Entwicklung und ggf. Veränderung, wenn dies für das eigene Wachstum und das der Beziehung bedeutend ist.

Es werden folgende Inhalte und Methoden vermittelt bzw. erarbeitet:

- Konstruktive Kommunikation (auch in herausfordernden Situationen)
- Stärkung der eigenen Energie (der Verbindung von Laib und Wesen) als Voraussetzung einer starken Beziehung
- Ehrlichkeit und Authentizität: Klärung und Kommunikation der eigenen Bedürfnisse innerhalb und ausserhalb der Partnerschaft.
- Nähe und Abgrenzung: Warum beides für eine intakte Beziehung von hoher Wichtigkeit ist.
- Berührung und Sexualität: Was die wichtigsten Gebote sind, was Respekt bedeutet, wie echte Intimität entsteht und was unter „absichtsloser Berührung“ zu verstehen ist (u.v.m.).
- Leichtigkeit und Lebensfreude innerhalb unserer Beziehung: Wie wir sie erhalten oder auch Stück für Stück wieder herstellen können.

- Und selbstverständlich viel Raum, Aufmerksamkeit und Hilfestellung für Ihre ganz individuellen, mitgebrachten Themen und Fragen.

Jeder Teilnehmer wird- wenn er/sie **sich** einlässt- ein Stück mehr Klarheit, Kraft, Verständnis und Mitgefühl für sich und den Partner gewinnen und damit einhergehend einen Zuwachs an Lebendigkeit und Erfüllung. Die Liebe zu sich selbst und zum Partner wächst und wird gestärkt.

Das Paar wird entweder in seiner aktuellen Verbindung bestärkt oder erhält Inspiration und Impulse für gesunde Veränderungen.