

Integral arbeiten und leben

Ein Vortrag und ein Seminar mit Michael Habecker in Nürnberg

Vortrag: 30. Juli 2010 von 19.30 bis ca. 21.00

Seminar: 31. Juli und 1. August 2010

Früher oder später stellen wir uns die Frage wie wir leben und arbeiten möchten, d. h. womit wir unsere Lebenszeit verbringen. Im Außen gibt es das Angebot an Lebensmöglichkeiten in Beziehungen und Familie und in den Organisationen und Institutionen der Gesellschaft. Im Inneren gibt es unsere Vorstellungen, Intentionen, Wünsche, Hoffnungen und Anderes, die uns einen Weg zu einem erfüllteren Leben weisen können. Individuell erleben wir uns als einen mehr oder weniger freien und sich entwickelnden Menschen der „seines Glückes Schmid“ ist, kollektiv erfahren wir sowohl Unterstützung, aber auch Begrenzungen durch Gemeinschaften in denen wir Mitglieder sind, und durch Systeme, Gegebenheiten und Strukturen in die wir uns eingebunden fühlen.

In diesem Seminar betrachten wir mit Hilfe der integralen Landkarte Ken Wilbers unser Leben und unsere Arbeit bzw. das, was wir tun möchten. Die Idee dahinter ist ganz einfach: durch die Integration physischer, psychischer und spiritueller Praxis in den persönlichen, gemeinschaftlichen und objektiven Dimensionen des Lebens, gewinnen wir mehr Klarheit über uns selbst und über das, was wir in unserem Leben zum Ausdruck bringen möchten.

Schwerpunkte sind dabei:

- **Meditation, Kontemplation, Introspektion:** Wie können wir Achtsamkeit in die innere Dimension unseres Lebens einbringen? Worum geht es in meinem Leben?
- **Schatzsuche und Schattenarbeit:** Wie gehen wir mit schwierigen Emotionen wie Sorgen, Groll, Ängsten und Widerständen um? Welche inneren Hindernisse stehen meiner freien Entfaltung und beruflichen Entwicklung im Weg?
- **Bewegung und Atem:** Unser(e) Körper als Lebens-Grundlage – physikalisch und energetisch.
- **Wissen und Verstehen:** Die Kenntnis von dem „was ist“ gibt uns eine Grundlage für unsere Lebensreise. Hier liefert u.a. das integrale Modell Ken Wilbers Hilfestellung
- **In Beziehung sein:** Wie öffnen wir unseren Geist und unser Herz für andere Menschen und Wesen, wie können wir offener und gleichzeitig klarer kommunizieren, und dadurch positivere und

konstruktivere geschäftliche und private Beziehungen leben? Wie gehen wir mit Konflikten in Beziehungen um?

- **Organisation und Geld:** Wie kann aus meiner inneren Berufung ein Beruf werden mit dem ich meinen Lebensunterhalt verdiene, und wie kann ich beruflich (noch) erfüllter und erfolgreicher werden?
- **Umsetzung:** Wie könnte eine integrale Lebens- und Berufspraxis für mich konkret aussehen?

Methoden

Kurzvorträge, Praxisübungen, Gestaltarbeit, Dialog.

Für wen ist das Seminar geeignet?

Das Seminar eignet sich für alle, die sich für das Werk Ken Wilber's und seine Umsetzung in der Praxis interessieren.

Zum Referenten:

Michael Habecker ist Ingenieur mit langjähriger Industrienerfahrung. Seit 1993 ist er als Gitarrenpädagoge, Musiker, Autor und Seminarleiter selbständig tätig. Er beschäftigt sich seit 1985 mit Ken Wilber's Werk, ist Mitübersetzer von „Integrale Psychologie“ und Übersetzer von aktuellen Wilber-Internetveröffentlichungen. Er ist Autor des Buches *Ken Wilber – eine integrale (R)evolution* und zahlreicher veröffentlichter Artikel zu Wilbers Werk und Mitautor des Buches *Wissen, Weisheit, Wirklichkeit – Auf den Spuren Ken Wilbers Integraler Philosophie und Erkenntnis* (erscheint im Frühjahr 2011 im Kamphausen Verlag).

Orte:

Vortrag: Nürnberg, Theater Thevo, Siegfriedstraße 20, im ersten Obergeschoß im Hinterhaus

Seminar: Ziegelstein Str. 199, 90411 Nürnberg

Zeiten:

Vortrag: Freitag 19.30 bis ca. 21.00 Uhr

Seminar: Samstag 10 – 18 Uhr, Sonntag 10 – 14 Uhr

Investition:

10 € nur der Vortrag (Für TeilnehmerInnen die regelmäßig den Integralen Salon Nürnberg besuchen kostenlos)

130 € nur das Seminar

140 € Gesamtpreis inkl. Vortrag

95 € (Für TeilnehmerInnen die regelmäßig den Integralen Salon Nürnberg besuchen)

Anmeldung:

info@erich-carl-derks.de, 09123-986487

Erich Carl Derks, Martin-Behaim-Str. 6

91207 Lauf an der Pegnitz

Zahlung:

nach Rechnungserhalt; Vortrag an der Abendkasse

Erich Carl Derks:

<http://www.erich-carl-derks.de/>

Integraler Salon Nürnberg:

<http://if.integralesforum.org/index.php?id=621>