

## Teilnehmerfeedback

„Ich habe erlebt, dass man in der Liebe lernen kann. Und dass es nicht nur eine Form gibt, die Liebe zu leben, sondern dass man sie gestalten kann.“

„Das Liebeskunstwerk brachte mich in Berührung mit der Liebe in biografischer, kosmischer und politischer Dimension. – Dadurch konnte ich eine neue innere Klarheit gewinnen, wie ich lieben möchte.“

„Es geht mir sehr gut damit, klare Zeiten im Jahr zu haben, in denen ich mich mit Liebe und Eros beschäftige. Ich fühle mich dadurch sehr lebendig und freudvoller.“

## Veranstalter, Ort und Anmeldung

ZEGG Bildungszentrum gGmbH  
(Zentrum für experimentelle Gesellschaftsgestaltung)

Rosa-Luxemburg-Str. 89, 14806 Bad Belzig  
www.zegg.de | empfang@zegg.de

## Preise

Do – So: KG € 380/310\* + € 190,50 U&V/KT

Mi – So: KG € 450/380\* + € 254 U&V/KT

\*Kursgebühr nach Einkommen

Einzelne Module sind auf Anfrage buchbar.

Weitere Infos zu Preisen und Inhalten:

[zegg.de](http://zegg.de)



## Bedingungen schaffen, dass Lieben gelingt

- \* Wie lernen wir die Kunst des Liebens?
- \* Können wir uns in Beziehungen einlassen und kraftvoll und eigenständig bleiben?
- \* Wie tragen wir bei zu mehr Wachheit und Kooperation in uns selbst und unserem Umfeld?
- \* Wie geben wir der Sinnlichkeit, der Sexualität und der Spiritualität einen angemessenen Platz in unserem Leben und in unserer Gesellschaft?

Wir laden ein, gemeinsam ein Jahr an diesen Fragen zu forschen, zu lieben und neue Wege zu erspüren.

## Dolores Richter

Liebesforscherin, Initiatorin der Liebesschule für junge Erwachsene, Forumtrainerin und Autorin des Buches „Liebe als soziales Kunstwerk“.

[liebeskunstwerk.org](http://liebeskunstwerk.org)



## Kolja Güldenberg

Trainer für gewaltfreie Kommunikation, Coach, Leiter von Männerseminaren, integraler Unternehmensberater, Theaterpädagoge.

[kolja-gueldenberg.de](http://kolja-gueldenberg.de)



# Liebes kunst werk

2023

ZEGG–Jahresgruppe  
für eine authentische  
Liebeskultur



mit Dolores Richter  
und Kolja Güldenberg

## Module der Jahresgruppe:

### **Selbstliebe und das erotische Selbst** 30.3. – 2.4.'23

Selbstliebe ist die Basis jeder fruchtbaren Liebe. Wir vertiefen unsere Selbstwahrnehmung, unseren Kontakt zu tieferen Gefühlen und unserer Sehnsucht. Je näher wir uns selbst sind und unsere inneren Bewegungen kennen, umso nahbarer und berührbarer werden wir als Liebende. Eine weitere Basis der Liebe ist unser eigenständiges erotisches Selbst. Wir lauschen auf die aktuelle Qualität unseres erotischen Wesens und seiner lebendigen Kraft.

### **Klarheit in Beziehungen** 17. – 21.5.'23

Wir orientieren uns in den verschiedenen Entwicklungsphasen der Liebe. Kommunizieren wir vollständig – oder lassen wir wesentliches aus, um Konflikt zu vermeiden? Wie gehen wir mit unterschiedlichen Bedürfnissen um? Wie sagen wir, was uns im Tiefsten wichtig ist? Wir üben Werkzeuge und innere Haltungen, die uns präzise und vollständige Kommunikation in Beziehungen ermöglichen.

### **Liebe, Lust und Wahrheit** 13. – 16.7.'23

Ein Kern unserer erotischen Sehnsucht ist tiefe Berührung und gemeinsame Lust. Was ist heute unsere ureigene Wahrheit in der Liebe und im Sex? Je mehr Wahrheit wir miteinander teilen können, desto erotischer fühlen wir uns miteinander. Gemeinsam nähern wir uns den Punkten, wo Angst und Berührung nahe beieinander liegen und wo Heilung geschehen kann.

### **Wilder Frieden** 11. – 15.10.'23

Wir gestalten einen weiten geistigen Erfahrungsraum, in dem auch kollektive Dynamiken der Liebe erkennbar werden und tauschen uns aus im Knowhow des Gelingens:

- \* Wie verbinden wir die Tiefe des Einlassens aufeinander mit Freilassen und Beweglichkeit?
- \* Welches Knowhow des Gelingens gibt es in verschiedenen Liebesformen?
- \* Wie betten wir unsere Liebe ein in größere soziale Systeme?
- \* Was ist unsere Liebesvision – und wie gestalten wir unser Leben, damit sie lebbar wird?

## **Das LIEBESKUNSTWERK**

ist ein Jahrestaining und ein Netzwerk für fruchtbare Bedingungen in der Liebe. Es fördert die eigene Liebesfähigkeit, eine bereichernde Beziehungskommunikation, die Entfaltung einer individuell stimmigen Liebesform und eine gesunde Bewegung zwischen Einlassen und Freilassen.

### **Fortbildungsinhalte**

- \* Entwicklungsphasen in der Liebe verstehen
- \* Stabilität und erotische Lebendigkeit in Beziehungen stärken
- \* Beziehungsformen und ihre Gestaltung erforschen
- \* Beziehungsdynamiken erkennen und verändern
- \* Kommunikationskunst üben
- \* Eine persönliche Vision für die Liebe entwickeln
- \* Netzwerke als fruchtbaren Boden für die Liebe aufbauen

Methoden: Wissensvermittlung, Erfahrungsaustausch, Forum, Tiefes Zuhören, Bewusstes Fühlen, Präzise Kommunikation, Gemeinschaftsbildung, Sinnlichkeit, Tanz & Stille, Männer- & Frauenräume, Nature Walk, Übungen in Kleingruppen, Feiern und Reflektion ...

