

## **Einladung zum Wissenschaftlichen Wochenende**

**Sa. 09.01.- So. 10.01.2010**

Jeweils 10-17 Uhr

### **Zen und Psychotherapie**

**mit Ravi Welch**

Seit etwa 100 Jahren erforschen wir die Psyche des Menschen.

In dieser Zeit wurde der Einfluss der Entwicklung des Kindes auf die Struktur des Ichs und der Persönlichkeit deutlich. Die Ich-Struktur ist eine Anpassung an die Umwelt. Die ersten Erfahrungen mit der Welt macht/sammelt das Kind im Rahmen der Beziehung zu seinen Eltern. Dabei stellt das Kind gleichzeitig eine Projektionsfläche für seine Eltern dar. Das ICH wird somit am Anfang/zunächst in erster Linie durch die Augen der Eltern geformt. Wie ein Kind sich selbst erlebt, wird durch deren Art der Beziehung zu ihm konstruiert. Das ICH ist demnach ein Produkt der eigenen Geschichte und damit vor allem, was auf der körperlichen, sozialen, psychologischen und existentiellen Ebene gespeichert wird. Man spricht hier vom „narrativen Selbst“.

Unser ursprüngliches Selbst, das vorhanden war, bevor wir durch die Augen unserer Eltern und unserer Kultur gesehen haben, liegt darunter im Verborgenen. Was bleibt von diesem Selbst übrig und was ermöglicht es uns, wieder einen Zugang dazu zu bekommen?

Die Psychologie hat uns viele Werkzeuge an die Hand gegeben, um mit dem narrativen Selbst therapeutisch umzugehen. Die Arbeit mit Übertragungen, mit bewussten und unbewussten Verarbeitungsmustern, mit Kränkungen und Traumata sind alle notwendig, um unser narratives Selbst von den Kindheitsfesseln/Einschränkungen aus der Kindheit zu befreien.

Die Praxis und Philosophie des Zen Buddhismus bietet Methoden und Werkzeuge, um das ursprüngliche Selbst zu entdecken. Durch die Erfahrungen aus der Praxis von Zazen und Achtsamkeit ist es möglich, die Welt zu erleben wie sie ist - frei von den kulturellen und ICH-strukturellen Filtern -. Dadurch eröffnet sich eine Ethik des Mitgefühls und eine tiefe Form der Begegnung mit anderen Menschen.

Psychotherapie stellt eine Unterstützung für Zazen dar, Zazen ist eine Unterstützung für die Art und Weise wie wir leben.

An diesem wissenschaftlichen Wochenende sind Sie eingeladen, Fragen, Selbsterfahrungs- und Supervisionsanliegen mitzubringen.

*Bitte bequeme Kleidung (wenn möglich dunkel), Decke, wenn vorhanden Meditationskissen mitbringen.*

**Anmeldung bis Anfang Dezember bei der Geschäftsstelle des TIB  
liselottekunz@online.de**

*Der Veranstaltungsort (Heidelberg oder Wörrstadt/Pfalz Schlafsackübernachtungen möglich) wird je nach Größe der Gruppe bestimmt.*

*16 Std. Anerkennung als Wissenschaftliches Wochenende*

### **Ravi Welch:**

Klinischer Psychologe, Trainer und Supervisor des European Association for Integrative Psychotherapy, Mitbegründer des Mainzer Institut für Psychotherapie und Erwachsenenbildung, Ausbilder zahlreicher Institutionen in Deutschland, Schweden, Österreich, und der Schweiz und Laien Zen Praxis Lehrer des Dharma Sangha in der Soto Zen Tradition.

#### Aus- und Weiterbildung:

Studium der Klinischen Psychologie in Berkeley, CA., USA. Ausbildung in Transaktionsanalyse in Cathexis Institute, Californien, Hypnotherapie bei Milton Erickson, Körpertherapie (verschiede Trainer in den USA), aktive Zen Praxis seit 1979

#### Erfahrung:

8 Jahre Mitarbeit und Ausbilder Tätigkeit in Cathexis Institut, 5 Jahre Mitglied des Bay Area Mountain Rescue Unit, 30 Jahre Erfahrung in Psychotherapie, Ausbilder und Lehraufträge in verschiedenen Instituten und Universitäten seit 1982. Vorstandsarbeit für die European Association for Integrative Psychotherapie und das DVP

#### Empfohlene Bücher:

Shunryu Suzuki Roshi: „Zen Geist/Anfänger Geist“

Ken Wilber: „Einfach Das“