

DAS ZENTRALE

Weiterbildung mit Rainer Pervöltz



10 TEILIGE SEMINARREIHE

HERZBERG / SCHWEIZ

**PRAXISORIENTIERTE WEITERBILDUNG IN
TRANSPERSONALER PSYCHOTHERAPIE**

BEGINN 30. MAI 2024

Diese 10teilige Seminarreihe ist in erster Linie eine Weiterbildung für TherapeutInnen. Sie ist so angelegt, dass die in der Ausbildung vermittelten Inhalte in die eigene Arbeit integriert werden können. Falls Sie nicht in direkter Weise therapeutisch arbeiten und dennoch meinen, von der Ausbildung zu profitieren, bedenken Sie bitte, dass die praktische Arbeit mit Klienten einen grossen Raum einnehmen wird. Die praktisch-transpersonalen Perspektiven können aber sicher auch in anderen Bereichen, in denen mit Menschen gearbeitet wird, von Nutzen sein.

In jedem Falle setzt die professionelle Arbeit mit dieser Thematik voraus, dass Sie den ganzen Prozess des „Zentralen“ an sich selbst erleben.

Die Idee, dass wir unser Leben grundsätzlich auf zwei sehr unterschiedliche Arten leben können, zieht sich durch die gesamte humanistische Psychologie hindurch. Sie hat auch einen wichtigen Platz in vielen spirituellen Schulen. Im Konzept vom „Zentralen“ wird sie dahingehend präzisiert, in jedem Leben so etwas wie einen relativ einfachen *roten Faden* vorauszusetzen.

Das erleichtert die therapeutische Arbeit beträchtlich. Statt sich mit vielen Teilen der Persönlichkeit und Problematiken auseinandersetzen zu müssen,

lernen Sie mehr und mehr, das Gemeinsame in allen Lebensbereichen zu sehen. Die stressigen oder problembeladenen Abläufe des persönlichen Alltags können dadurch simpler und konzentrierter gelebt werden.

Der rote Faden – *das Zentrale* – findet sich einerseits in Ihrer *personalen* Geschichte. Es ist die Lebensform, die Sie gelernt haben, um den Konsensusvorstellungen der Gesellschaft, beziehungsweise Ihrer Familie, zu entsprechen. Sie gab Ihnen als Kind die Sicherheit, dass Sie (je nach Verhältnissen) überleben konnten, geliebt wurden, einen Platz bekamen und eine gewisse Art der Anerkennung erhielten. Sie ist die Gestalt, mit der Sie sich als Person identifizieren, in der Sie sich zu erkennen glauben, wenn Sie „ich“ sagen.

Tatsächlich ist sie ein Gefüge von Anpassung, Kontrollmechanismen und Manipulationen, das Sie gelernt haben zu leben, um behelfsmäßig zu bekommen, was Sie meinen zu brauchen. Ich nenne es das *Alte Zentrale*. Sie haben sich quasi, um geliebt zu werden, auf eine Art faulen Kompromiss eingelassen, indem Sie sich als Kind bereit erklärten (bereit erklären mussten), die vitalsten, die kreativsten, die leidenschaftlichsten Aspekte ihres ureigenen Selbst in den Hintergrund zu stellen, damit Sie *dazugehören* konnten. Dieses „Ersatzprogramm“, das nicht Sie selbst sind, sondern etwas, das Sie *gelernt* haben, ist fast immer mit Mühe und Anstrengung verbunden. Es kostet Kraft und Energie, macht Stress und führt nicht selten zur Erschöpfung.

Das *Zentrale* findet sich andererseits auf *befreite* Weise in dem wieder, was sich hinter der ganzen Anpassungsstruktur als Ihr wirkliches inneres Zuhause erkennen lässt. Ich nenne diesen Aspekt die *Individuelle Essenz*. Sie ist, wer Sie wirklich sind, Ihre unverstellte Lebendigkeit. Wenn Sie in Ihrer Essenz leben, sind sozusagen alle Ampeln auf grün geschaltet. Das liegt vor allem daran, dass Sie - bis in die tiefsten Bereiche Ihres Bewusstseins hinein - nicht mehr *gegen* das Leben sind, sondern sich in seinem Fluss fühlen. Es ist ein Gefühl des *Einverstandenseins*, jenseits von fast schon automatisch ablaufenden Reaktionen des Haders, der Ambivalenz und des unfruchtbaren Zweifelns. Einverstandensein ist das Gegenteil von Mitläufertum und von Depression. Ohne Zweifel haben auch Sie Tage erlebt, wo das Leben sich praktisch von alleine lebt, Sie sich auf keine Weise bemühen müssen und Ihnen alles leicht von der Hand geht. Das schafft ein inneres, tiefes Gefühl von Wohlsein, Frieden und Übereinstimmung, letztlich sogar in schwierigen Situationen.

Die Therapieform, die Sie in dieser Ausbildung lernen, verläuft also immer *zweigleisig*: Sie unterstützen KlientInnen darin, ihr *Altes Zentrales*, also ihr altes, gelerntes Überlebenssystem, detailliert kennenzulernen, und helfen ihnen gleichzeitig, einen Weg zu sich selbst zurück zu finden. Die *Essenz* offeriert eine wunderbare, Mut machende Perspektive, die hilft, durch die nicht immer einfachen Prozesse der Selbsterkenntnis mit wachsendem Abstand und Gleichmut hindurchzugehen.

Die Arbeit mit dem Zentralen erfordert - gerade aufgrund der Einfachheit des Weges - ein subtiles Einfühlungsvermögen auf Seiten des Therapeuten oder der Therapeutin. Sie versuchen hier nicht, *Lösungen* für bestimmte Probleme zu finden, sondern über das tiefe emotionale und körperliche Verstehen, wer Sie geworden sind und wer Sie sein können mehr und mehr frei zu werden von den gelernten Zwängen und Beschränkungen.

Und alle Menschen, mit denen Sie arbeiten, sind in der einen oder anderen Weise Spiegel Ihrer selbst: Sie müssen also sich selbst „dabei haben“, wenn Sie andere begleiten.

DIE THEMENKREISE

Die Ausbildung enthält mehrere grössere Themenkreise. In welcher Reihenfolge sie auftauchen und erarbeitet werden, ergibt sich aus der Dynamik des Gruppenprozesses. Zu jedem Themenkreis gehören Methoden und Techniken, mit denen Sie Ihren KlientInnen helfen werden, die jeweils eigene Thematik ins Bewusstsein zu bringen und mehr und mehr „erlöst“ im täglichen Leben umzusetzen.

DAS ALTE ZENTRALE

- Der Erkenntnisprozess des gemeinsamen roten Fadens in allen Lebensbereichen
- Was ist guter Kontakt?
- Die neurotische Balance.
- Die neurotische Logik
- Der mechanische Mensch
- Wege der Auflösung des alten Systems

DIE INDIVIDUELLE ESSENZ

- Die Arbeit mit der Essenz ist Erinnerung, keine Neuherstellung
- Was ist Präsenz?
- Die subtile und erstaunliche Mannigfaltigkeit individueller Essenzen
- Formen erweiterten Bewusstseins, die helfen, den Zugang zur Essenz wieder freizulegen
- Praktische Formen der Umsetzung, die Essenz im Alltag zu leben

DAS ZENTRALE IN DER ARBEIT MIT PAAREN

- Anwendung der Arbeitsformen auf die Entfaltung von Beziehungen

DER KÖRPER

- Die Arbeit mit dem Zentralen ist unmöglich ohne den Körper.
- Die Traumkörperarbeit (nach Arny Mindell)
Einführung in die verschiedenen Formen der Traumkörperarbeit
Traumkörperarbeit unterstützt den Übergang vom Alten Zentralen zur Essenz
Der Traumkörper manifestiert sich über den physischen Körper
- Das System der Chakren als transpersonal-therapeutisches Handwerkszeug im Rahmen der praktischen Arbeit mit KlientInnen
- (Taoistische) Energiearbeit als fester Bestandteil der therapeutischen Arbeit und des alltäglichen Lebens
- Charge Therapie. Vertieftes Atmen als Tool für Beziehungsarbeit, besonders auch der Beziehung zwischen KlientIn und TherapeutIn

ZUSAMMENARBEIT MIT DER INNEREN HÖHEREN INTELLIGENZ

- Formen erweiterten Bewusstseins auf beiden Seiten der therapeutischen Beziehung sind für die Arbeit mit dem Zentralen unerlässlich.
- Detaillierte praktische Schritte, um die Kooperation mit der „Inneren Höheren Intelligenz“ selbstverständlichen Bestandteil der therapeutischen Arbeit und des alltäglichen Lebens werden zu lassen

Rainer Pervöltz

Rainer Pervöltz ist in Berlin aufgewachsen. Nach dem Abschluss des Studiums in Germanistik und Romanistik ging er auf eine Einladung hin nach Kalifornien und entdeckte da seinen eigentlichen Beruf: Er fand etliche Lehrer, von denen er Formen der Gestalt- und der Körpertherapie lernte, besonders Jack Lee Rosenberg und Eric Marcus. Hier kam er auch zum ersten Mal in Kontakt mit unterschiedlichen buddhistischen und taoistischen Lehren. Andrew DaPassano wurde sein erster spiritueller Lehrer.

In London lernte er von Gerda Boyesen die Biodynamische Körpertherapie, war längere Zeit Ausbilder für Biodynamik und gründete 1983 mit Freunden zusammen das Chiron Centre, ein Therapie- und Ausbildungszentrum. Er lebte zwölf Jahre in London, dann zog es ihn zurück nach Deutschland; Freiburg i. Br. wurde nach Paris, Los Angeles und London seine Wahlheimat. Auch hier entstand mit Freunden ein Ausbildungszentrum, die "Transpersonale Schule für Psychologie und Psychotherapie" und später, 2011, das „Internationale Institut für Bewusstseinsforschung“.

Er hat viel gelernt von Mantak Chia auf dem Gebiet der taoistischen Energielehre, und Arnold Mindell wurde einer seiner wichtigsten Lehrer in dem grossen Feld der Traumkörperarbeit.

Als Therapeut, Supervisor und Lehrer arbeitet er in Deutschland und anderen europäischen Ländern und er lebt jetzt meistens fröhlich in der Nähe von Freiburg.

Veröffentlichungen

- „Das Zentrale“, Verlag tredition, April 2023
- „Über die Köstlichkeit der Distanz“, Holotropos-Verlag, Offenburg, Juli 200
- „Nach Hause kommen - Wonach sich alle sehnen □ psychologische und spirituelle Betrachtungen“, Verlag tredition, 2020
- Verschiedene Vorträge und Aufsätze in mehreren Sammelbänden

Termine

30.05. – 02.06. 2024 Modul 1
11.07. – 14.07. 2024 Modul 2
12.09. – 15.09. 2024 Modul 3
14.11. – 17.11. 2024 Modul 4
16.01. – 19.01. 2025 Modul 5
20.03. – 23.03. 2025 Modul 6
15.05. – 18.05. 2025 Modul 7
17.07. – 20.07. 2025 Modul 8
11.09. – 14.09. 2025 Modul 9
6.11. – 9.11. 2025 Modul 10

Die Module starten jeweils am Donnerstag um 18:00 Uhr mit dem gemeinsamen Abendessen und enden jeweils am Sonntag ca. 14:00 Uhr nach dem gemeinsamen Mittagessen.

Seminarort

Herzberg Haus für Bildung und Begegnung

5025 Asp ob Aarau

www.herzberg.org

Tel: 062 878 16 46

Email: Info@herzberg.org

Informationen zur Anreise sind auf der Webseite des Seminarhauses zu finden.

Kosten

Die Kosten betragen pro Modul 500.00 EUR

- zuzüglich Übernachtung und Verpflegung.

Die Übernachtung bitte separat im Herzberg buchen.

Zertifikat

Nach Abschluss der Weiterbildung erhalten Sie das Zertifikat des

[Internationalen Instituts für Bewusstseinsforschung Freiburg](#).

Anmeldung

Informationen zur Weiterbildung bei Rainer Pervöltz:

r.pervoeltz@t-online.de

www.pervoeltz.de

Rainer nimmt mit allen Teilnehmenden persönlich Kontakt auf.

Organisation und Anmeldung bei Susanne Straub:

susanne.straub@breath-essence.chwww.breathessence.ch/anmeldung