



Ich-Konzepte in der Therapie

Einführung und Einübung in die Grundlagen der Ich-Struktur

Mit Dr. Alexander Poraj, POL*

EINE TEILNAHME AM ABEND KANN LIVE IN ZÜRICH ODER ONLINE ERFOLGEN.



Immer noch gehen wir davon aus, dass es sich bei unserem „Ich“ um eine feststehende und für alle gleichermassen als gültig anerkannte Erscheinung handelt. Fraglicher dagegen erscheinen uns die unterschiedlichsten Angebote dazu – therapeutischer, wie auch spiritueller Art. Was wir häufig übersehen ist die Tatsache, dass fast alle therapeutischen und spirituellen Angebote mit zum Teil ganz unterschiedlichen Ich-Konzepten arbeiten. Der international anerkannte Kursleiter, als ZEN-Meister Nachfolger von Willigis Jäger im Benediktushof in Holzkirchen bei Würzburg, widmet sich in dieser Abendveranstaltung Facetten der Ich-Struktur mit ihren komplexen Zusammenhängen.

Die unterschiedlich basierten und in Anwendung gebrachten Ich-Konzepte unterscheiden sich nicht nur voneinander, sondern widersprechen sich zuweilen in grundsätzlichen An-

wissenschaftliche Grundlagen und klinisches Erforschen verschiedener Ansätze erkundet und ist zu ganz eigenen Erkenntnissen von „Ich“ und „Bewusstsein“ gekommen.

„Embodiment“ offeriert eine Perspektive von echter Wahrnehmung und Erleben.

nahmen. Das erklärt nicht nur die Vielfalt der therapeutischen Konzepte, sondern erklärt auch, weswegen unter einem „Erfolg“ ebenfalls meist ganz unterschiedliche Ziele anvisiert werden. Alexander Poraj hat

An diesem spannenden Abend erläutert der langjährige Geschäftsführer der „Psychosomatischen Klinikgruppe Oberberg“ für ihn elementar wichtige Fragen: Gibt es eine endgültige und allgemein anerkannte

DATUM:

Montag, 8. April 2024

KURSZEITEN:

18:00–21:00 Uhr

KOSTEN:

CHF 150.–

KURSORT:

Zentrum für Innere Ökologie
Freischützgasse 1
8037 Zürich

SPRACHE

Deutsch

KURSBEDINGUNGEN

Die schriftliche Anmeldung mit untenstehendem Talon ist verbindlich. Bei einem Rücktritt bis 21 Tage vor Kursbeginn werden Fr. 100.- an Bearbeitungsgebühren fällig. Bei Abmeldung weniger als 21 Tage vor Kursbeginn müssen die ganzen Kurskosten bezahlt werden. Dies gilt auch im Krankheitsfall. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Wir empfehlen eine Annullierungskosten-Versicherung.

te Ich-Definition? Gibt es endgültige und allgemein anerkannte therapeutische oder spirituelle Ziele zur Ich-Struktur? Nein, lautet für ihn in beiden Fällen die Antwort. Deshalb stellt er die wichtige Frage: Wie sollen und können wir mit dieser Situation umgehen?

Im theoretischen Teil der Abendveranstaltung wie auch in Kleingruppen-Übungen wird verdeutlicht, an welchen Punkten die häufigsten Unterschiede

unreflektiert, sondern „unverkörpert“ ihr intrinsisches Ich-Konzept verwenden, Schwierigkeiten mit dem Erreichen ihrer Ziele bekommen können oder in den Bereich des Gewünschten oder Geglaubten rutschen. Mit anderen Worten ausgedrückt: erst das verkörperte Bewusstwerden des intrinsisch verwendeten Ich-Konzeptes macht eine fundierte therapeutische oder spirituelle Arbeit überhaupt möglich.

Verkörperertes Bewusstwerden macht eine fundierte Begleitung aus.

innerhalb der Ich-Konzepte gemacht werden und welche Wirkung diese erzeugen. Genau an dieser Stelle kommt das Embodiment als Bezugspunkt ins Spiel. „Verkörperung“ meint in diesem Zusammenhang nicht eine weitere therapeutische Richtung mit ihrem eigenen Ich-Konzept, sondern eine Perspektive, aus der heraus und in die hinein überhaupt wahrgenommen, erlebt und gelebt werden kann.

Es ist das „Wie“ und nicht das „Was“, das ins Bewusstsein rückt. Dadurch kann verständlicher werden, weswegen manche therapeutischen wie auch spirituellen Ansätze, so sie nicht nur unbewusst und

** Dr. Alexander Poraj ist Religions-Wissenschaftler, als ZEN-Meister Nachfolger von Willigis Jäger und spiritueller Leiter des Benediktushofes in Holzkirchen. Er ist zudem Präsidiumsmitglied der „West-östlichen Weisheit Willigis Jäger Stiftung“ und Gründer und Geschäftsführer der Beratungsgesellschaft Dr. Poraj und Partner GmbH in Zürich, wo er mit seiner Familie lebt. Zu den Themenbereichen „Ich-Struktur“ und „Bewusstsein“ ist er seit Jahren Mitinitiator zahlreicher Symposien und Kongresse, sowie erfolgreicher Buchautor und Referent. Seine bedeutendsten Veröffentlichungen sind „Im Hier und Jetzt“ (Herder-Verlag), „Zen im 21. Jahrhundert“ (Kamphausen), „Geld oder Leben – was uns wirklich zufrieden macht“ (Kösel), „Das Willigis-Jahrhundert“ (West-Östliche Weisheit Stiftung), sowie „ALLEIN: ZEN oder die Überwindung der Einsamkeit“ (Kösel).*



Anmeldetalon: Ich melde mich gemäss den vorne genannten Bedingungen an für den Abendkurs **«ICH-KONZEPTE IN DER THERAPIE»** mit Dr. Alexander Poraj vom 8. April 2024:

Name..... Vorname.....

Strasse..... PLZ/Ort.....

Beruf..... Telefon.....

E-Mail.....

Ort/Datum..... Unterschrift.....

Anmeldung senden an: Zentrum für Innere Ökologie, Freischützgasse 1, 8004 Zürich
Tel. 044 218 80 80 • info@polarity.ch • www.polarity.ch