

DIENSTAG, 30. AUGUST 2011 / 20.00 UHR

**BUDDHISMUS UND PSYCHOTHERAPIE
ÜBER DAS GRUNDSÄTZLICH GUTE IN UNS**

VORTRAG VON **DR. ELISABETH REISCH**



Durch das allmähliche Vertrautwerden mit den bereits in uns liegenden, aber in der Regel noch nicht dauerhaft erlebten Qualitäten wie Mitgefühl, Großzügigkeit, Dankbarkeit, Geduld oder auch der Fähigkeit zu verzeihen, wird in unserem Erleben immer mehr jenes Heilungspotenzial freigesetzt, das uns bisher nur in mehr oder weniger eingeschränkter Weise bzw. nur in speziellen Situationen zur Verfügung stand. Wir finden uns immer wieder in Augenblicken tiefen Verstehens, in denen eine "Kraftquelle" in uns kontaktiert wird, die wir eigentlich gar nicht so genau fassen können. Orientieren wir uns an der Sichtweise des Buddhismus, so lernen wir, wie sich diese "Heilung fördernden Augenblicke" Schritt für Schritt immer mehr in uns entfalten können.



Werteorientierte Psychotherapie gründet auf buddhistischer Philosophie und dem Verständnis seiner Meditationsmethoden und zeigt, wie ressourcenorientierte Psychotherapie sich sinnvoll damit verbinden kann. So dient es auch Üben auf dem buddhistischen Schulungsweg, eventuelle intrapsychische Blockaden, die auftreten können (z.B. Leistungsdruck, Ehrgeiz, Selbstzweifel, das grundsätzlich Gute in uns kontaktieren zu dürfen usw.) zu erkennen und aufzulösen, die für die Selbstheilung und die Erhaltung der Gesundheit notwendig ist.

Dr. rer. nat. ELISABETH REISCH,
psychologische Psychotherapeutin, Lehrsupervisorin,
Fach- und Sachbuch
autorin, Meditationserfahrung in der
Tradition des tibetischen Buddhismus
seit 18 Jahren, Zusammenarbeit mit
Lama Drime Öser seit 7 Jahren (Vor-
träge, Seminare, Meditationsklausuren)



Eine Veranstaltung von
Dr. rer. nat. ELISABETH REISCH
8 Euro / 5 Euro ermäßigt
Infos unter www.werteorientierte-psychotherapie.de