

# Curriculum



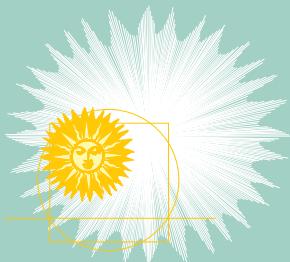
## **GROF® LEGACY TRAINING**

**Grof®** Breathwork – spirituelle Begleitung  
und Transpersonale Psychotherapie

Dr. Ingo Benjamin Jahrsetz  
Viktoria Luchetti

Herbst 2022 – Frühjahr 2025

Arunachala – Wer bin ich?



Internationales Institut für Bewusstseinserforschung Freiburg – Deutschland

# Grof® Breathwork, spirituelle Begleitung und Transpersonale Psychotherapie

## Dreijährige Ausbildung

<b>Beginn</b>	Module 1/2 <b>Oktober 2022</b> Alle Termine siehe Curriculum-Tabelle
<b>Leitung</b>	Dr. Ingo B. Jahrsetz und Viktoria Luchetti
<b>Orte</b>	Seminarhaus Hollerbühl, Schwarzwald Pension Thalassino Trifilli, Lourdata/Kefalonia
<b>Kosten</b>	9000 EUR für die gesamte Ausbildung zzgl. Übernachtung und Verpflegung

## Wir bieten diese Ausbildung an für

- Menschen, die im sozialen Feld arbeiten und an intensiver Heilung sowie an der Funktionsweise des menschlichen Bewusstseins interessiert sind. Intensive Selbsterforschung in holotropen Zuständen und das Verständnis des „Weges des Psychonauten“ kann zur Verbindung von Bauch mit Kopf und Herz beitragen.
- professionelle PsychotherapeutInnen, die die Technik des Grof® Breathwork lernen möchten, um damit andere therapeutisch und spirituell in ihrem Wachstum zu unterstützen. Dies beinhaltet Theorie zu Psychologie des Bewusstseins, transpersonale Psychopathologie und Einführungen in ausgewählte spirituelle Themen.
- Menschen, die ihrem „inneren Wissen um Heilung“ vertrauen und sich Begleitung auf dem Weg der intensiven Selbsterforschung und spirituellen Erfahrungen wünschen.

## Die Ausbildung

besteht aus zwölf 5-tägigen Modulen, die jeweils im Frühjahr und Herbst in 10-Tagesblöcken angeboten werden.

**Sprache:** Englisch, ggf. mit deutscher Übersetzung

[www.holotropes-atmen.com](http://www.holotropes-atmen.com)  
[www.bewusstseinserforschung.de](http://www.bewusstseinserforschung.de)

## Teilnahmevoraussetzungen

- Mindestens 150 Stunden (10 Wochenenden) Eigenerfahrung in Grof® Breathwork
  - 150 Stunden eigene Psychotherapie
  - Abgeschlossenes Studium und/oder 3 Jahre Berufserfahrung im therapeutischen Bereich/sozialen Feld
- Ausnahmen nach Rücksprache möglich

## Zertifikat

Am Schluss der Ausbildung stellt das Internationale Institut für Bewusstseinserforschung ein Zertifikat in „Transpersonal Psychotherapie, spiritueller Begleitung“ aus. Zusätzlich wird ein GLT-Zertifikat ausgestellt.

**Anerkennung durch EUROTAS möglich**  
(European Association for Transpersonal Psychology)  
[www.eurotas.org](http://www.eurotas.org)



### **Dr. Ingo Benjamin Jahrsetz**

Internationale Ausbildungen in Transpersonaler Psychotherapie und Grof® Breathwork.

Psychotherapeutische Praxis in Wittnau bei Freiburg.

Seminare und Workshops in Deutschland, Europa und den USA; Vorträge und wissenschaftliche Arbeiten.

Supervision Transpersonale Psychotherapie.

Mitbegründer und Direktor des Internationalen Instituts für Bewusstseinserforschung Freiburg.

Initiator und Ehrenvorsitzender des Spiritual Emergence Network e.V. (SEN).

Ehemaliger Präsident der EUROTAS.

Psychoanalytisch-orientierte Psychotherapie; systemische Familientherapie; Psychodrama; Systemische Aufstellungen. Holotropic Breathwork™ (bei Stanislav Grof).

[www.holotropes-atmen.com](http://www.holotropes-atmen.com)

[www.consciousness-exploration.org](http://www.consciousness-exploration.org)



### **Viktoria Luchetti**

Internationale Ausbildungen in Grof® Breathwork in Südamerika und Europa.

Seminare und Workshops in Grof® Breathwork in Deutschland und Italien.

Mitbegründerin und Leiterin der Waldorfschule in Pucón (Chile) über zwölf Jahre.

Sandspieltherapie-Praxis in Grainau.

Holotropic Breathwork™ (bei Stanislav Grof und seiner verstorbenen Frau Christina in 1988).

Ausbildung in Körper- und Bewegungstherapie, Live/Art/Process bei Anna Halpin, USA.

Ausbildung in Crano-Sacral-Therapie und Somo-Emotional-Release-Therapie am Upledger Institute.

*Wir sind dankbar für den Enthusiasmus und die Klarheit des Geistes und des Herzens von Stan und Brigitte Grof, die mit dem Grof® Legacy Training die Türen für tiefe Heilung und Wachstum geöffnet haben.*



# Grof® Breathwork, spirituelle Begleitung und Transpersonale Psychotherapie

## Grof® Breathwork ist eine moderne Methode der Bewusstseinsforschung

Grof® Breathwork basiert auf dem Holotropen Atmen/Holotropic Breathwork™, einem 1980 von Christina (†) und Stanislav Grof entwickelten Modell. Stanislav Grof war ursprünglich Psychoanalytiker und Psychiater. Es waren seine Forschungen zu LSD an der Universität Prag, die ihn dann zu einem der Pioniere der modernen Bewusstseinsforschung werden ließen. Christina Grof kam aus der Yogatradition.

Dr. Ingo B. Jahrsetz und Viktoria Luchetti wurden von Dr. Grof in Holotropem Atmen/Holotropic Breathwork™ zertifiziert (1988-1990) und leiten seither Gruppen in Europa, USA, Kanada, Südamerika und Asien.

Grof® Breathwork integriert Bewusstseinsforschung, spirituelle Begleitung und Psychotherapie. Als initiatorischer Prozess verbindet es westliche psychotherapeutische Methoden mit schamanischen und mystischen Traditionen.

Grof® Breathwork dient als Werkzeug, um das Bewusstsein in seiner ganzen Weite zu erkunden. In Zuständen holotropen Bewusstseins können authentische Erfahrungen auf personalen und transpersonalen Ebenen erlebt werden. Holotropes Bewusstsein fördert eine klarere Wahrnehmung von sich selbst und von anderen und stellt Erkenntnisse in eine spirituelle Perspektive.

Zustände holotropen Bewusstseins sind in den meisten Kulturen von alters her bekannt; oft sind sie Teil psychospiritueller Rituale. Besonders in den schamanischen Kulturen werden sie auch heute noch zu Heilungszwecken genutzt.

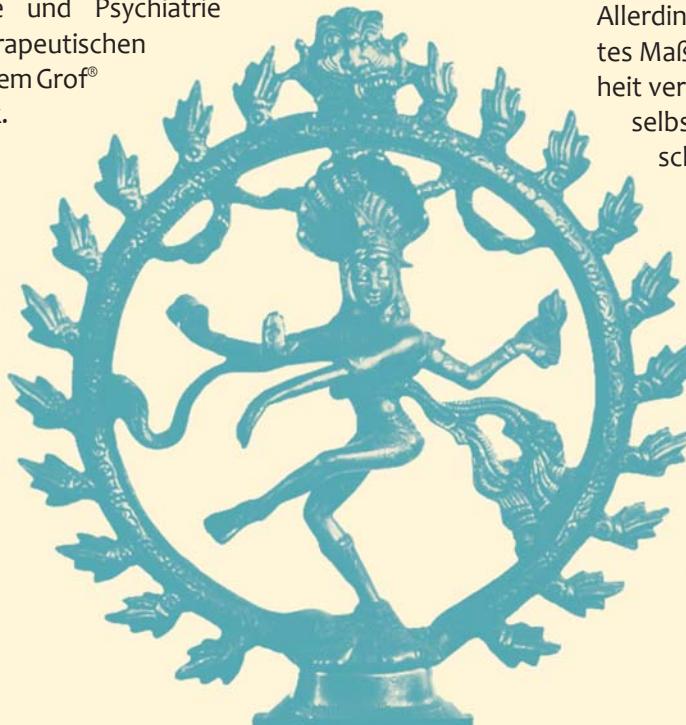
Wird Bewusstsein erforscht, so kann das nicht unabhängig von der erforschenden Person verstanden werden. Bewusstseinsforschung ist immer auch Selbsterforschung und kann immense Veränderungen für die Forschenden selbst mit sich bringen. Gedanken, Gefühle, Träume, die Vorstellungen von dem, was wichtig im Leben ist, können sich verändern. Nicht selten verändern sich ganze Weltbilder.

*Zustände holotropen Bewusstseins sind in den meisten Kulturen von alters her bekannt*

Menschen, die längere Zeit mit dem Transpersonalen Atmen arbeiten, entwickeln in der Regel ein gutes Augenmaß für die alltäglichen Dinge; sie fühlen sich meist authentisch in ihren persönlichen Beziehungen und entwickeln ein Gespür dafür, dass alles mit allem verbunden ist und sich gegenseitig bedingt. Sie wissen, dass sie sich selbst schaden, wenn sie einem anderen Wesen Leid zufügen und dass sie sich selbst wertschätzen, sich genährt und geliebt fühlen, wenn sie Liebe an andere verschenken.

## Holotrope Bewusstseinszustände scheinen dem rationalen Denken zutiefst zu widerstreben

In der Öffentlichkeit werden sie nicht selten mit Rausch, Sucht und Irrationalität assoziiert. In jüngster Zeit scheint sich im westlichen Denken einiges zu ändern. Gruppen im psychosozialen Feld, in denen auf unterschiedliche Weise Erfahrungen mit verändertem Bewusstsein gemacht werden, finden großen Zuspruch. Es gibt eine ganze Reihe von wissenschaftlichen Forschungsprojekten über Zustände erweiterten Bewusstseins, die unter anderem deren hohe psychotherapeutische Effizienz belegen. Außerdem gibt es ein zunehmendes Interesse der Psychotherapie und Psychiatrie an der therapeutischen Arbeit mit dem Grof® Breathwork.



## In diesem Zusammenhang wird immer wieder die Frage gestellt, ob Grof® Breathwork eine psychotherapeutische Methode ist

Einige haben es für sich selbst und spontan aus eigener Erfahrung dazu erklärt. Erfahrungen in holotropem Zuständen des Bewusstseins verhalten sich häufig selbstdeutend, selbsterklärend. Sie steigen auf aus den Tiefen des Unbewussten und verbinden Menschen mit ihrer tiefsten Intuition und Wahrheit. Man bezeichnet das oft auch als „inneres Wissen um Heilung“, das jeder in sich trägt.

Allerdings braucht es Mut, Ausdauer und ein bestimmtes Maß an Selbstwertschätzung, um der eigenen Wahrheit vertrauen zu können. Nicht jede/r hat die Kraft, sich selbst ohne die Unterstützung anderer ins Gesicht zu schauen.

Weil Psychotherapie immer eingebettet ist in einen Beziehungsprozess, kann sie in diesem Zusammenhang sehr hilfreich sein. Professionelle PsychotherapeutInnen, die Grof® Breathwork kennen und die Dynamik erweiterten Bewusstseins verstehen, können in ihrer Therapie eine sonst kaum bekannte Tiefe anbieten. Wenn sie die Erfahrungen des Grof® Breathwork sinnvoll nutzen, können sie Menschen mit Symptomatiken, die therapeutisch sonst kaum erreichbar sind, hilfreich unterstützen.

## Die Psychotherapie wird von einigen spirituellen Traditionen des Ostens eher belächelt

Diese sei, so ein bekannter tibetischer Lama, ein teures und unnötiges Spiel. Viele Buddhisten z.B. gehen davon aus, dass das Dharma, die Wahrheit und der Weg dahin, die Entwicklung des ganzen Menschen umfassen und die Traditionen alle entsprechenden Mittel bereitstellen.



Wir wissen inzwischen, dass das für im Westen Aufgewachsene nicht in jedem Fall stimmt. In entsprechenden Kreisen machen immer wieder Geschichten von östlichen spirituellen LehrerInnen die Runde, die die wirklichen Lebenssituationen ihrer StudentInnen nicht einschätzen können, die Abhängigkeitsprobleme nicht lösen können, manchmal sogar gefährliche Krankheiten übersehen.

Spirituelle Wahrheiten sind immer auch historisch zu verstehen, und sie sind bezogen auf bestimmte gesellschaftliche und kulturelle Strukturen. Eines der großen Missverständnisse der Transpersonalen Psychologie heute ist zu glauben, die Wahrheiten der großen Traditionen ohne Umschweife ins 21. Jahrhundert transportieren zu können, ohne sie zu integrieren.

Die moderne westliche Psychotherapie kann hier (für Schüler wie für Lehrer) sehr hilfreich sein. Sie kann einen sicheren Beziehungsraum anbieten, in dem (auch die subtilsten) Emotionen, Fantasien, gedanklichen Konzepte, Wünsche und Tabus ihren Ausdruck finden können und sich die Fragen nach dem „Wer bin ich wirklich? Wie kann ich lieben? Wie kann Befreiung aussehen?“ wie ganz von selbst und in authentischer Weise stellen. Denn ohne solche Fragen können psychopathologische Symptome nicht wirklich integriert werden.

---

## Ohne die Hilfe der Psychotherapie missverstehen westliche Menschen die alten Traditionen des Ostens sehr leicht

Weil Psychotherapie immer innerhalb einer Beziehung stattfindet, kann sie ein äußerst wirksames Instrument sein, damit wir uns mit unseren mehr oder weniger bewussten Absichten, Gefühlen, Gedankenkonstrukten und Fantasien auseinandersetzen können. Die Kenntnis der psychotherapeutischen Übertragung und die therapeutischen Hilfen für die Auseinandersetzung mit dem (persönlichen wie kollektiven) Schatten sind einzigartige Beiträge des Westens für die Entwicklung einer umfassenden Menschlichkeit. Psychotherapeutische Arbeit entfaltet sich immer innerhalb und mittels einer emotional starken Beziehung. Emotional starke Beziehungen sind die Behälter, aus denen alles Leben hervorgegangen ist und in denen sich alles Lebendige entwickelt; sie sind auch die wesentliche Voraussetzung, unter der Heilung von seelischen Verletzungen möglich sein kann.

Viele Menschen machen die Erfahrung, dass ihr Leben einen Sinn bekommt, wenn sie sich bis an ihre Grenzen wagen und das Potential individuellen Menschseins voll realisieren. Das Spirituelle öffnet sich auf dem Weg des authentischen Ausdrucks des individuell Menschlichen. Nicht selten beginnt für westliche Menschen der spirituelle Weg in dem Augenblick, wenn jemand den Entschluss fasst, das eigene Leben in die Hand zu nehmen und ganz die Verantwortung für alles zu übernehmen, was ihm oder ihr begegnet. In der Tradition des Abendlandes spiegelt sich das in den mythischen Heldenreisen.



Wie die Idee der Befreiung, so sind allerdings auch Verstrickungen und psychopathologische Symptome hier eher um das Individuum zentriert und werden in der Regel „psycho-spirituell“ verstanden. „Psycho-spirituell“ heißt, dass Befreiung immer gleichzeitig auf psychischer (körperlich, emotional, gedanklich) wie spiritueller (personal, transpersonal) Ebene stattfindet.

Werden östliche spirituelle Systeme unhinterfragt in den Westen transportiert, so zieht das nicht selten emotionale Abspaltungen, eine gewisse Rigidität und Alltagsuntauglichkeit nach sich.

Die Fähigkeit zum authentischen Ausdruck, das Wissen darum, auf welche Weise Leiden im Bewusstsein entsteht und überwunden werden kann, der bewusste evolutionäre Impuls in jedem befreiten Sein – alles sind Aspekte im Land zwischen Illusion und Wirklichkeit, zwischen Verstrickung und Befreiung. In einem solchen Kontext können die Erforschung von Bewusstseinsinhalten und die Analyse der Funktionsweisen des Bewusstseins sinnvollerweise nicht getrennt werden.

Im Prozess des Transpersonalen Atmens geschieht beides, und es wird auch deutlich, auf welche Weise die Funktionsweisen des Geistes mit seinen Inhalten verbunden sind. Psychotherapie und Spiritualität fließen hier zusammen.



**Prozesse des Holotropen Atmens machen das alltägliche Leben mit seinen Problemen und Freuden in einer spirituellen Perspektive sichtbar**

Probleme werden aus diesem Blickwinkel so wahrgenommen, wie sie überwunden werden können. Wunden werden auf eine Weise gesehen, wie sie geheilt werden können. Das wesentlichste Merkmal von Prozessen in Holotropem Bewusstsein ist ihre Tendenz zur Ganzwerdung und ein umfassendes Verständnis von Schwierigkeiten. Dies bedeutet auf der Ebene von Psychotherapie die Linderung und Heilung von psychoneurotischen Symptomen; im spirituellen Sinne die Entwicklung des vollen menschlichen Potenzials.

**Prozesse des Holotropen Atmens können eine hohe psychotherapeutische Effizienz haben**

Die traditionelle Psychotherapie missversteht das Holotrope Atmen häufig als kathartische oder regressionsfördernde Methode. Sie fragt dann z.B., wie tiefgreifend man in die Regression gehen müsse, um seelische Wunden zu heilen. Dabei wird die Eigendynamik von Bewusstseinsprozessen (holotropen Prozessen) übersehen. Sie entfalten sich in einer Tiefe des Menschlichen, in der das Wissen um seine Essenz liegt, in der sich das Göttliche und das Menschliche die Hand reichen. Dies ist der Ort des inneren Heilers, der inneren Heilerin. An diesem Ort der Weisheit entscheidet ein Mensch z.B. auch, was es

zur Heilung der eigenen Wunden bedarf, in welche Tiefe des Unbewussten er hinabsteigen muss, damit die eigenen Kräfte frei werden für den kreativen Impuls, der alles Lebendige leitet und die Evolution in Bewegung hält.

## Grof® Breathwork ist ebenso "sanft" wie "konfrontativ"

Prozesse in Zuständen Holotropen Bewusstseins erlauben es, sich allmählich den eigenen Grenzen anzunähern, Ängste organisch zu überwinden und auch schmerzvolle Dinge zu sehen, wenn dies zur Überwindung von Schwierigkeiten notwendig ist.

Grof® Breathwork ist eine kombinierte Methode. In einer Entspannungübung werden die TeilnehmerInnen eingeladen, am Anfang tiefer und schneller zu atmen. Dieser Prozess wird durch kraftvolle Musik und körperfokussierte Energiearbeit begleitet. Malen der Holotropen Erfahrung und psychotherapeutisch geleitetes Sharing in Kleingruppen und der Großgruppe fördern anschließend die Integration.

## Die Ausbildung in Grof® Breathwork

Das Wesentliche des Prozesses liegt in der Selbsterforschung der tiefsten, eigenen Essenz. Nur hier ist die Entdeckung der inneren Weisheit möglich. Die TeilnehmerInnen lernen die wichtigsten Fertigkeiten, die notwendig sind, um andere Menschen durch Prozesse des Grof® Breathwork zu begleiten, indem sie diesen Initiationsprozess zunächst selbst durchlaufen. Wir lehren die TeilnehmerInnen zudem, wie sie mit „spirituellen Notfällen“ bei sich und anderen umgehen können. Und sie lernen, verschiedene Persönlichkeitsstrukturen, Übertragungen, Gruppendynamiken und essenzielle Dilemmata – die aufscheinen, wenn sich Menschen in einen solch tiefen Heilungsprozess begeben – zu erkennen und damit zu arbeiten.

In diesem Sinne ist eine Ausbildung in Grof® Breathwork zunächst und zuallererst eine abenteuerliche Reise auf dem eigenen psycho-spirituellen Weg.



# Ebenen der Ausbildung

## Die Ausbildung beinhaltet vier Ebenen:

1. Intensive (Selbst-)Erforschung und spirituelle Begleitung
2. Psychotherapeutisches Gewahrsein des eigenen Prozesses; erfahren, wie Grof® Breathwork tiefere Einsichten gewährt und zum Verständnis der eigenen Person sowie anderer beiträgt.
3. Methodik und Handwerkszeuge des Grof® Breathwork. Methoden der Integration.
4. „Authentic Movement“ und Sandspieltherapie.

### 1. Intensive (Selbst-)Erforschung und spirituelle Begleitung

- Psycho-spirituelle Erforschung holotroper Bewusstseinszustände
- Tanzmeditation: Verbindung von Körper und Geist
- Vipassana-Meditation: die Funktionsweise des Geistes
- Prozess der Selbsterforschung

## Themen

- Psychotherapie und Spiritualität
- Was heißt es, den spirituellen Weg zu gehen?
- Wohin führt die Arbeit mit holotropen Bewusstseinszuständen? Gibt es so etwas wie einen spirituellen Weg?
- Welches ist das Ziel des spirituellen Weges? Was ist Erleuchtung? Was ist der Unterschied zwischen Erwachsensein und Erleuchtung?
- Stolpersteine und Fallen auf dem spirituellen Weg
- Die Falle der Prä-trans-Verwechslung
- Kollektives und Individuelles
- Die Inflation des Egos und Grandiosität im Spirituellen
- Intime Beziehungen, Sexualität und spirituelles Wachstum
- Was ist das Ego? Was ist der Ego-Tod?
- Sterben und Tod
- Das Herzsutra
- Seva – Die Kunst, anderen zu dienen



## 2. Ebene der Transpersonalen Psychotherapie

- Die psychotherapeutische Übertragung und der Widerstand gegen Entwicklung
- Studium von Gruppendynamik und Gruppenstrukturen
- Ausgewählte Themen der Psychopathologie
  - Narzissmus
  - Borderline
  - Depression
  - Spirituelle und existenzielle Krisen
- Dynamik von Gruppen: Das transpersonale Verständnis von Gruppendynamik. Was ist ein heilendes Feld? Zur Theorie morphogenetischer Felder.  
Kosmisches Einssein und das Mysterium der Wiedergeburt und Offenbarung
- Studium von Gefühlsstrukturen

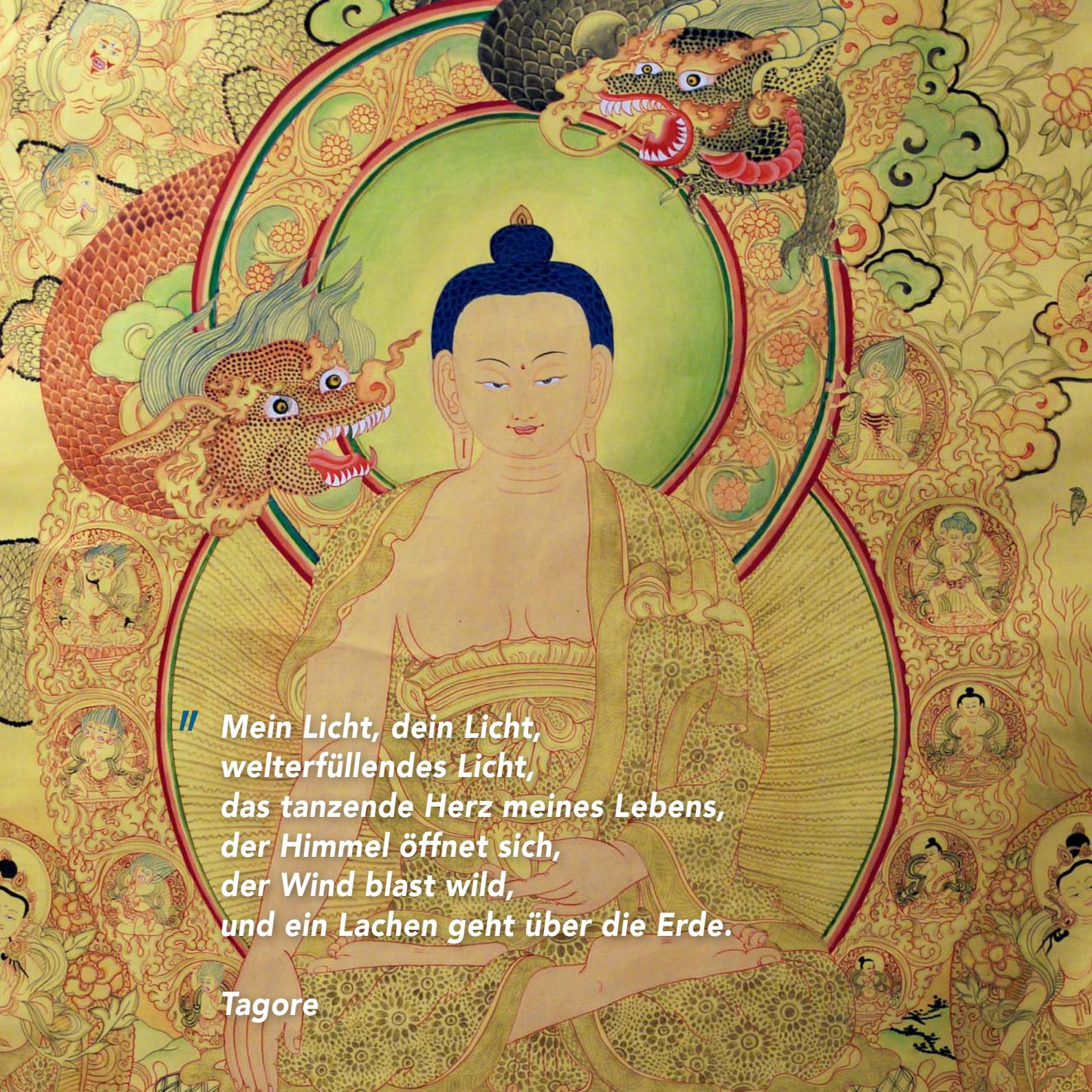


## 3. Methodische Ebene und Handwerkszeuge des Grof® Breathwork

- Das Setting des Grof® Breathwork
- Evokative Musik für Grof® Breathwork
- Körperarbeit, körperfokussierte Energiearbeit
- Mandala-Malen
- Das Sharing als Teil des Grof® Breathwork.  
Der Platz der Psychotherapie und Wissen um innere Heilungen beim Grof® Breathwork



## 4. Ebene der Integration



“ Mein Licht, dein Licht,  
welterfüllendes Licht,  
das tanzende Herz meines Lebens,  
der Himmel öffnet sich,  
der Windblast wild,  
und ein Lachen geht über die Erde.

Tagore

# CURRICULUM

1. Jahr	HERBST	1. Jahr	FRÜHJAHR
2022	Modul 1	2023	Modul 3
23. – 28. OKTOBER	<b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing	26. – 31. MÄRZ	<b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing
	<b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Reflexion von personalen und transpersonalen Erfahrungen. Therapeutische Prozessbegleitung und holotropes Bewusstsein		<b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Meditationspraxis. Was ist Meditation? Was ist Achtsamkeit? Vortrag
	<b>Psychologie des Bewusstseins</b> Unterschiedliche Aspekte der Transpersonalen Psychologie und Psychotherapie		<b>Psychologie des Bewusstseins</b> Wissen um Selbstheilung
	<b>Setting, Handwerkszeug und Konzept des Grof® Breathwork</b> Einführung ins Holotope Atmen und dessen Setting		<b>Setting, Handwerkszeug und Konzept des Grof® Breathwork</b> Körperarbeit des HA
	<b>Selbststudium</b> Die Geschichte der Psychonautik. Kap. 1		<b>Selbststudium</b> ADie Architektur emotionaler und psychosomatischer Störungen. Psychonaut 1/4
2022	Modul 2	2023	Modul 4
28. OKTOBER – 2. NOVEMBER	<b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing	31. MÄRZ – 5. APRIL	<b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing
	<b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Selbsterforschung		<b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Authentic Movement
	<b>Psychologie des Bewusstseins</b> Ebenen des Bewusstseins. (1) Perinatale Matrizen und CoEx.		<b>Psychology of Consciousness</b> Der „inneren Weisheit“ folgen („innerer Heiler“) und das Verständnis der therapeutischen Übertragung / Gegenübertragung
	<b>Selbststudium</b> Perspektivwechsel und Wiederverzauberung der Psychologie. Psychonaut Kap. 2		<b>Selbststudium</b> Landkarten des Bewusstseins in der Tiefenpsychologie. Psychonaut Kap. 3

2. Jahr	HERBST	2. Jahr	FRÜHJAHR
2023	Modul 5	2024	Modul 7
22. - 27. OKTOBER	<b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing	24. - 29. MÄRZ	<b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing
	<b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Meditationspraxis. Einführung in den Buddhismus. Die vier edlen Wahrheiten		<b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Meditationspraxis. Einführung in den Buddhismus. Die vier Brahma-Viharas
	<b>Psychologie des Bewusstseins</b> Spirituelle Krisen – Psychose und/oder Transzendenz		<b>Psychologie des Bewusstseins</b> Narzissmus. Psychopathologie. Narzissmus, Schatten der TP
	<b>Setting, Handwerkszeug und Konzept des Grof® Breathwork</b> Struktur und Auswahl evokativer Musik im Holotropen Atmen und deren energetischer Aspekt		<b>Setting, Handwerkszeug und Konzept des Grof® Breathwork</b> Sharing. Dynamik der Gruppe und Position des Facilitators
	<b>Selbststudium</b> Spirituelle Krisen. Psychonaut 1/5		<b>Selbststudium</b> Holotrope Bewusstseinszustände. Psychonaut 2/9
2023	Modul 6	2024	Modul 8
27. OKTOBER – 1. NOVEMBER	<b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing	29. MÄRZ – 3. APRIL	<b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing
	<b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Meditationspraxis		<b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Selbsterforschung
	<b>Psychologie des Bewusstseins</b> Ebenen des Bewusstseins. (2) Spiraldynamik		<b>Psychologie des Bewusstseins</b> Scham und Schuld
	<b>Setting, Handwerkszeug und Konzept des Grof® Breathwork</b> Musik		<b>Setting, Handwerkszeug und Konzept des Grof® Breathwork</b> Sharing. Supervision Kleingruppen-Sharing
	<b>Selbststudium</b> Synchronizitäten. Psychonaut 2/8		<b>Selbststudium</b> Archetypen. Psychonaut 2/11

3. Jahr	HERBST	3. Jahr	FRÜHJAHR
2024	Modul 9	2025	Modul 11
20. – 25. OKTOBER	<p><b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing</p> <p><b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Tod und Sterben: Was ist der Egotod? Westliche und östliche Perspektiven zu Tod und Sterben. Ars moriendi und das Tibetische Totenbuch</p> <p><b>Psychologie des Bewusstseins</b> Borderline – Wer bin ich?</p> <p><b>Setting, Handwerkszeug und Konzept des Grof® Breathwork</b> Gruppenleitung und Supervision</p> <p><b>Selbststudium</b> Psyche und Thanatos. Psychospirituelle Dimensionen von Tod und Sterben. Psychonaut 2/13 Wurzeln von Gewalt und Gier. Die derzeitige globale Krise aus transpersonaler Sicht. Psychonaut 2/12</p>	29. MÄRZ – 3. APRIL	<p><b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing</p> <p><b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Mythologie des Körpers</p> <p><b>Psychologie des Bewusstseins</b> Wer bin ich? Ramana Maharshi und andere Weise</p> <p><b>Setting, Handwerkszeug und Konzept des Grof® Breathwork</b> Supervision Sharing und Gruppenleitung</p> <p><b>Selbststudium</b> Das kosmische Spiel. Psychonaut 2/14</p>
2024	Modul 10	2025	Modul 12
25. – 30. OKTOBER	<p><b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing</p> <p><b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Was ist der Ego-Tod?</p> <p><b>Psychologie des Bewusstseins</b> Der psycho-spirituelle Prozess. Reflexion und Feedback</p> <p><b>Setting, Handwerkszeug und Konzept des Grof® Breathwork</b> Gruppenleitung und Supervision</p> <p><b>Selbststudium</b> Sogyal Rinpoche: Das Tibetische Buch vom Leben und Sterben</p>	3. – 8. APRIL	<p><b>Selbsterforschung</b> 3 Sitzungen Holotropes Atmen und Sharing</p> <p><b>Das Transpersonale - Spirituelle Begleitung und Theorie</b> Den individuellen Mythos finden</p> <p><b>Psychologie des Bewusstseins</b> Was meint Einssein, Non-Dualität?</p> <p><b>Setting, Handwerkszeug und Konzept des Grof® Breathwork</b> Zertifikation</p> <p><b>Selbststudium</b> Welwood, John: Psychotherapie &amp; Buddhismus: Der Weg persönlicher und spiritueller Transformation</p>

ZERTIFIKAT



## GROF<sup>®</sup> LEGACY TRAINING

### Information und Anmeldung:

Internationales Institut für  
Bewusstseinserforschung Freiburg

Heimbachweg 1A | D-79299 Wittnau | DEUTSCHLAND

**Telefon:** + 49 (0) 761 47 58 46

**Bürozeiten:** Montag – Freitag 9:30 –12:30 Uhr

[mail@holotropes-atmen.com](mailto:mail@holotropes-atmen.com)

[mail@bewusstseinserforschung.de](mailto:mail@bewusstseinserforschung.de)

[www.holotropes-atmen.com](http://www.holotropes-atmen.com)

[www.bewusstseinserforschung.de](http://www.bewusstseinserforschung.de)