

Rainer Dirnberger

SELE

Selbsterkenntnis durch Leiberfahrung

SELE – Selbsterkenntnis durch Leiberfahrung – ist eine Synthese aus den Weisheitslehren östlicher Kampfkunst und westlicher Psychotherapie, entwickelt vom Autor aus seiner nunmehr jahrzehntelangen Erfahrung in Praxis und Lehre als Aikidoka und transaktionsanalytischer Psychotherapeut.

SELE ist ein homogen durchdachtes, am ganzheitlichen Erleben ausgerichtetes, Konzept empathischer Selbsterfahrung. Die vorgestellten Übungen, veranschaulicht durch viele erläuternde Bilder, werden eingebettet in einen theoretischen Kontext und Erklärungsrahmen.

SELE wendet sich an TherapeutInnen, Interessierte und Praktizierende von:

- Körper- und Leibarbeit
- Selbsterfahrung und Persönlichkeitsentwicklung
- Kampfkünsten

„In diesem hochinteressanten Buch wird auf praxisbezogene, anschauliche Weise profundes psychotherapeutisches Wissen und Können mit der Kampfkunst Aikido verbunden. Die daraus entwickelten Methoden sind für alle, die an kreativen und respektvollen Konfliktlösungen Interesse haben, eine Quelle der Inspiration.“

Amanda Berghold-Straka, Obfrau des Wiener Institutes für Transaktionsanalyse

„Das wahre Wesen aller Kampfkünste, so wie Aikido, liegt nicht im Besiegen eines Gegners, sondern im Kampf gegen das eigene Ego. Es freut mich sehr, dass Rainer Dirnberger aus seiner langjährigen Praxis als Psychotherapeut und Praktizierender der Kampfkunst Aikido dieses schöne Buch geschrieben hat. Ich bin mir sicher, es kann Anregung und Bereicherung für alle sein, die sich dem Weg des Budo und der Entwicklung ihres Selbst widmen.“

Markus Herzl, Präsident des Österreichischen Aikidoverbandes

Mag. Rainer Dirnberger



Transaktionsanalytischer Psychotherapeut,
Lehrtherapeut, Supervisor und Coach,
Klinischer- und Gesundheitspsychologe,
Transpersonale Psychologie und Atemarbeit,
Leitung von Gruppen und Seminaren.

5. Dan Aikido (Aikikai), Aikido-Lehrer,
Aikido Dojo Steiermark, Graz



Weitere Informationen unter www.dirnberger.co.at

9 783848 215560

Eine Synthese aus Psychotherapie und der Kampfkunst Aikido





Buchpräsentation
 Samstag, dem 1. Februar 2014 im Landessportzentrum Graz, Jahngasse 2, Buffet 2.Stock

Buchpräsentation
 16.00 – 16.30 Uhr Öffentliche Aikido-Vorführungen und 17.00 Uhr Buchvorstellung