

Die *original** Heldenreise

Das Intensivseminar
zur Persönlichkeitsentwicklung



mit
Torsten Zilcher + Nadine Klimek



Herzlich willkommen beim Institut für Gestalt und Erfahrung - der Heimat der Heldenreise



Ende der 1980er Jahre durfte ich die Heldenreise erleben. Diese Woche hat mich und mein Leben maßgeblich inspiriert.

Anfangs der 1990er Jahre organisierte ich die erste Heldenreise im Rahmen meiner evangelischen Jugendarbeit, daraus entwickelte sich schließlich unser Institut, welches wir 1994 offiziell gründeten.

In dieser Zeit entwickelten wir die Heldenreise in der konkreten Seminarform, wie sie bis heute als original Heldenreise durchgeführt wird.



Der Ursprung der Heldenreise

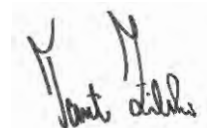
Die Heldenreise kommt ursprünglich von Paul Rebillot. Paul hat in seiner Arbeit erkannt, dass uns Menschen Räume fehlen, um grundsätzliche Entwicklungsschritte gehen zu können.

Die Heldenreise spricht diese Grundthemen menschlicher Entwicklung an und vertieft sie in einer wundervollen Kombination verschiedenster Elementen der humanistischen Psychologie.

So ist die Heldenreise ein wunderbarer Rahmen, Deinen eigenen inneren Weg gehen zu können, um die nötigen nächsten Entwicklungsschritte zu tun.

Seit über 35 Jahren begleite ich nun Menschen
durch die Heldenreise.

Nadine Klimek ist seit über 10 Jahren an meiner Seite.
Wir laden Dich ein auf diese wunderbare „Reise nach
innen“, die Dich und Dein Leben sehr inspirieren kann.



Torsten Zilcher

Täglich navigieren wir als Menschen durch ein komplexes Netz von zwischenmenschlichen Interaktionen und Selbstreflexion.

Unser wertvollstes Kapital ist dabei unsere einzigartige Persönlichkeit, die kontinuierliche Weiterentwicklung, immer wieder neue Energie und frische Impulse benötigt.

Die Heldenreise ist das optimale Seminar, um:



Deine persönliche Vision auf ein neues Level zu heben oder überhaupt erst zu formen



Widerstände und Blockaden effektiv zu überwinden und dabei energetisch aufzutanken



Deine innere Energie zu entfesseln und zu mobilisieren



proaktiv Burnout vorzubeugen und psychosomatische Beschwerden abzubauen



Deine soziale Kompetenz auf ein höheres Niveau zu heben, so dass Du noch kontaktfähiger und kontaktfreudiger wirst



einen bedeutsamen Schritt in Richtung einer kreativeren Persönlichkeit zu setzen



eine tiefere Erfüllung, Freude und Zufriedenheit in Dir selbst, Deinem beruflichen Umfeld und Deinen Beziehungen zu finden

Erlebe mit der HELDENREISE eine transformative Reise, die nicht nur Deine Fähigkeiten stärkt, sondern auch Deine Persönlichkeit auf einzigartige Weise inspiriert. Mach Dich bereit für eine Reise voller Wachstum, Energie und persönlicher Erfüllung.

Die HELDENREISE übertrifft gewöhnliche kognitive Programme bei Weitem. Sie verkörpert eine ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung die Körper, Gefühle und Verstand gleichermaßen anspricht.

Basierend auf effektiven Methoden der humanistischen Psychologie, bietet die HELDENREISE ein einzigartiges Ritual, das imaginative, kreative und kognitive Techniken vereint.

Seminarhaus Herberge, unser Stammhaus



Unsere Überzeugung, gestützt durch über 30 jährige Erfahrung und wiederholtes positives Feedback, ist, dass die Heldenreise ein einzigartiges Seminarerlebnis mit beeindruckenden Ergebnissen bietet.

Tauche ein in diese transformative Reise und erlebe die Kraft der persönlichen Entwicklung in all ihren Facetten.



Die STRUKTUR der HELDENREISE

In jedem Menschen steckt ein Teil, der etwas aus seinem Leben machen will, der Veränderung, Weiterentwicklung und Verwirklichung sucht.

Und dann gibt es da einen anderen Teil, der die Bequemlichkeit des Vertrauten schätzt und lieber leidet, als voranzugehen.

Wird dieser Konflikt zwischen Sehnsucht und Sicherheit nicht gelöst, ist Lähmung, Energielosigkeit und Unzufriedenheit die Folge.

Authentische und in ihrem Sinne erfolgreiche Menschen haben gelernt, diese beiden Pole in sich zu vereinen: den Ruf nach Neuem und das Bedürfnis nach Sicherheit.

Für uns Menschen ist dieser Konflikt sehr bedeutsam. Denn in der Lösung dieses inneren Kampfes liegt die Essenz von Reife, von Selbstfindung und Selbstständigkeit. In anderen Kulturen halfen oder helfen Initiationsrituale dabei, die nötigen Schritte zu gehen. In unserer Kultur stehen wir oft alleine in diesem Ringen um Authentizität.

Im Heldenreisen-Ritual, das Paul Rebillot auf den Grundlagen der ursprünglichen Heldenmythen entwickelt hat, liegt eine Chance für uns. Hier können wir die verschiedenen Anteile unserer Persönlichkeit erkunden, die widerstreitenden Kräfte des Helden und des Dämons kennen lernen, die uns gleichermaßen formen.

Durch die Vereinigung dieser inneren Polaritäten darf eine ganzheitlichere Persönlichkeit entstehen, eine, die ihre Fähigkeiten kennt und mutig ihren Zielen folgt.

Es ist die Reise zu uns selbst, eine Reise, die uns vollständiger, lebendiger und erfüllter werden lässt.

ZIELE und WIRKUNG

Die Heldenreise ermöglicht:

- » durch kreative spielerische und therapeutische Elemente Zugang zu verdrängten Problemen zu finden und dies zu integrieren.
- » eigene Wünsche, Vorstellungen und Ziele klarer zu erkennen und zu leben.
- » eine tiefere VISION für den weiteren Lebensweg zu entdecken.

Seit 1990 haben über 6500 Menschen die original Heldenreise bei uns am Institut erlebt. In mehreren empirischen Untersuchungen wurden die Ergebnisse der Heldenreise überprüft. Zuletzt nahm sich die Universität Leipzig den Ergebnissen der Untersuchung an und stellte fest:

- » Ein Jahr nach dem Seminar berichten 80% der TeilnehmerInnen, dass sie sich „besser“ oder „viel besser“ fühlen als vor der Heldenreise.
- » Es wurde nachgewiesen, dass psychische Belastung und Depression deutlich abnehmen,
- » während das Gefühl, das Leben besser zu verstehen und bewältigen zu können, erheblich zunimmt.

Der URSPRUNG unserer HELDENREISE

Wir arbeiten in diesem Seminar nach der von Paul Rebillot entwickelten Struktur der „Heroes Journey“.



Paul wurde 1931 in Detroit geboren, studierte Philosophie und Theaterwissenschaften und arbeitete als Regisseur, Schauspieler und Ausbilder.

Am Esalen Institut in Kalifornien lernte er bei Dick Price seine Form der Gestalttherapie und traf dort Joseph Campbell dessen Standardwerk „Der Heros in tausend Gestalten“ zu einer inspirierenden Quelle für die Entwicklung der Heldenreise wurde.

unser Seminarraum



Anfang der 1990er Jahre organisierten wir im Institut für Gestalt und Erfahrung europäische Ausbildungsgruppen mit Paul Rebillot und entwickelten das Seminar „Die Heldenreise“ in seiner heutigen originalen Form.

Seitdem hat sich das Institut für Gestalt und Erfahrung (IGE) in Europa als zentrale Anlaufstelle für Rebillots Werk und die Ausbildungen in seiner Arbeit und in der Gestalttherapie etabliert.

weiterführende SEMINARE

Paul entwickelte im Laufe seines Lebens weitere kreative Seminarstrukturen, die Grundthemen menschlicher Entwicklung darstellen. Seit 2010 bietet Torsten Zilcher diese Folgeseminare in der sogenannten „großen Heldenreise“ in einer fortlaufenden Gruppe an.

Gleichzeitig bieten wir diese Seminare auch einzeln an:



Family Circles

Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, sich mit den Grundprägungen der Kindheit zu konfrontieren und diese aufzulösen.

Dies ist ein wesentlicher Schritt hin zur Ablösung aus der Kindheitsfamilie und hin zum wahren Erwachsen werden.



Lover`s Journey

Die Beschäftigung mit den inneren männlichen und weiblichen Anteilen. Die Entdeckung der Anima (bei Männern) und des Animus (bei Frauen)

befreit eine grundsätzliche Energie in uns, die uns fortan bewusster als Mann und Frau unsere Beziehungen leben lässt.



Der SCHATTEN

ICH-Ideal und Schatten. Eine grundsätzlich gegenpolige Dualität in unserer Psyche. Im Schattenprozeß entdeckst Du Deine „dunklen“ Seiten

und befreist die Energie, die dort gebunden ist. So kannst Du sie fortan nutzen für die „hellen“ Seiten Deines Lebens.



Tod und Auferstehung

In einem imaginären Prozeß bereitest Du Dich auf Deinen „Tod“ vor. Dadurch wird das Festhalten an Dingen und Lebensthemen deutlich.

Und das Loslassen ermöglicht, ein neues Leben nach den eigenen, tieferen Wünschen zu gestalten.

die METHODIK der HELDENREISE

Imaginative Methoden

Geführte Trancereisen bieten den Zugang zu inneren Bildern und Gefühlen. Verstärkt durch Bewegung und Musik ergibt es eine ganzheitliche Erfahrung, die „unter die Haut geht“ und die die Grundlage des Prozesses ergibt.

Kognitive Wurzeln

Aufbau und Ablauf der Prozesse werden zu Beginn und im Verlauf anschaulich erklärt und auf Verstandesebene erläutert. Vermittelt werden Sinn, Ziel und Aufbau von Mythos und Ritual; Hintergrund der verwendeten Methoden aus der humanistischen Psychologie, die Verbindungen zur Archetypenlehre C. G. Jungs und Grundlagen der Meditation

Gestalttherapie

Die Gestalt - Praxis ist ein einzigartiger erfahrungsorientierter Zugang zur Psychotherapie, bei der die intensive Ausrichtung des Bewußtseins auf die emotionalen und physischen Prozesse im Hier und Jetzt genutzt wird, um verschiedenste unfertige, verdrängte Angelegenheiten im eigenen Leben psychisch zu vollenden, zur „ganzen Gestalt“ werden zu lassen.

Körpererfahrung

Elemente aus der Bioenergetik und verwandter Körpertherapien ermöglichen das Lösen tief-sitzender körperlicher und energetischer Blockaden und sind Gesundheitsvorsorge im besten Sinne.

Meditation

Wiederkehrende Meditationen zu Tagesbeginn und -ende zeigen Wege zu innerer Ruhe und Stille und sind oftmals wertvolle Anregungen für den Alltag.



AUS und FORTBILDUNGEN

Die HELDENREISE ist auch hervorragend als Fortbildung für pädagogisch und therapeutisch arbeitende Menschen geeignet.

Das Seminar vereint tiefgreifende Persönlichkeitsentwicklung und Gesundheitsvorsorge mit dem Kennenlernen sehr hilfreicher Methoden für alle Bereiche der Arbeit mit Menschen.

Die Heldenreise ist somit Gelegenheit, an der Persönlichkeit, dem Hauptwerkzeug von TherapeutInnen, PädagogInnen und CoachInnen zu arbeiten.

Wir bieten hierzu auch verschiedenste Ausbildungsgänge im Bereich Gestalttherapie, Gestaltcoaching und kreativer Prozeßarbeit an.

Mehr Informationen zu Ausbildungen auf:

www.gestalttherapieausbildung.com



das LEITUNGSTEAM

Torsten Zilcher

Jahrgang 1963

Mitbegründer des IGE



Ich bin im Grundberuf evangelischer Diakon. Ich bin verheiratet und habe zwei Töchter.

Schon in meiner Jugend kam ich in der evangelischen Jugendarbeit in Kontakt mit ZEN-Meditation, autogenem Training und Selbsterfahrungsansätzen der humanistischen Psychologie. Anfang 20 lernte ich die Heldenreise kennen; diese inspirierte mich so nachhaltig, dass dieser Ansatz auch meinen beruflichen Werdegang veränderte und mich bis heute erfüllt.

Über viele Fortbildungen machte ich mich vertraut mit verschiedensten therapeutischen Ansätzen aus der humanistischen Psychologie (Körpertherapie, systemische Aufstellungsarbeit, Biblio- und Psychodrama, Theater der Unterdrückten (Augusto Boal)).

Anfang der 90er Jahre entschied ich mich für die Gestalttherapie. Beim AKG (Arbeitskreis kritische Gestalttherapie) in München absolvierte ich meine Therapieausbildung. Danach lernte ich für weitere vier Jahre bei Paul Rebillot in seinem „Rites of Passage“-Training.

Mitte der Neunziger entwickelte ich das Musikdesign zur Heldenreise und zusammen mit Franz Mittermair die Feinstruktur des Seminars. Seit dieser Zeit widme ich mich hauptberuflich der Heldenreise und der Verbreitung unserer Arbeit. Seit über 25 Jahren bilde ich Menschen in Gestalttherapie und der Leitung der Heldenreise aus.

Nach wie vor bin ich immer wieder überrascht über die Wandlungsmöglichkeiten der menschlichen Seele und die unglaubliche Kraft der Heldenreise..

Nadine Klimek

Jahrgang 1978



Seit 2014 arbeite ich für das IGE als Seminarleiterin. Zusätzlich arbeite ich als Gestalttherapeutin, systemischer Coach (DBVC-zertifiziert) und Heilpraktikerin für Psychotherapie in meiner eigenen Praxis in Traunstein. Meine Einzelarbeit biete ich live und seit 2017 online an. Ich bin 1978 in Berlin geboren und lebe zusammen mit meinem Mann und meiner Tochter in Traunstein. Ich liebe das Gefühl, wenn ich auf den Berg gehe und es in mir und um mich herum ganz ruhig wird. Als waschechte Berlinerin hätte ich mir das vor vielen Jahren nicht vorstellen können.

Seit mehr als 20 Jahren arbeite ich hauptberuflich im Bereich der Persönlichkeitsbildung und Seminararbeit. 2001 startete ich nach meinem Wirtschaftsstudium im Feld Personal und Personalentwicklung. 2012 kreuzte in einer persönlichen Krise die Heldenreise meinen Weg. Mit dieser Erfahrung im Gepäck begann ich meinem Leben auf allen Ebenen eine neue Tiefe und Authentizität zu geben.

Ich bin fest davon überzeugt, dass jeder Mensch, der sich der Struktur der Heldenreise anvertraut, seinem Leben eine neue Richtung geben kann. In jedem einzelnen Seminar, das ich anleite, erlebe ich, dass Wandel und Wachstum möglich sind. Das macht mir unglaublich viel Spaß und verschlägt mir genauso oft die Sprache.

ORGANISATORISCHES

Die Heldenreise beginnt am ersten Tag um 16:45 Uhr und endet am letzten Tag um 15:30 Uhr. Die Kosten für das Seminar betragen 990,- Euro, für Unterkunft und Verpflegung ist mit ca. 380,- bis 510,- Euro (je nach Zimmerkategorie) zu rechnen.

Ort ist das Seminarhaus "Herberge" bei Wasserburg/Inn

Rücktrittsbedingungen

Bei einem Rücktritt von der Anmeldung bis 4 Wochen vor Beginn des Workshops werden keine Kosten fällig, danach 100 %, es sei denn, es wird ein Ersatzteilnehmer gestellt.

Ermäßigungen sind grundsätzlich möglich. Uns ist wichtig, daß für niemanden die Teilnahme an finanziellen Gründen scheitert!

Gruppengröße ist zwischen 6 und 18 Teilnehmern.

www.seminarhaus-herberge.de



20. - 25. Juli 2025

9. - 14. November 2025

8. - 13. März 2026

19. - 24. Juli 2026

13. - 18. November 2026

Ich lade Dich herzlich ein, die Heldenreise bei uns „an der Wurzel“ zu erleben und mit viel Erfahrung und Hingabe durch Deine Heldenreise geführt zu werden.

Bei Fragen, gerne anrufen.



die Heimat der Heldenreise

Torsten Zilcher
J. v. Laiming Str. 9, 83123 Amerang

Tel.: +49 8075 9148388
Mobil +49 173 3578260
e-mail: tz@heldenreise.de

www.HELDENREISE.de