

Mentor/in für Achtsamkeit und Meditation

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Der Fokus dieses Ausbildungsprozesses liegt in der persönlichen Bewusstseinsentwicklung und in der Reflexion der eigenen Erfahrungen als Basis für eine professionelle Arbeit. Damit wird die Befähigung angestrebt, sich selbst, Einzelpersonen und Gruppen zum Thema

Meditation und Achtsamkeit zu begleiten. Als Menschen haben wir das Potential, uns auf ein Leben in Freiheit, Liebe und Wahrheit auszurichten. Bei einer solchen Reise kommen dabei letztlich etwas Einzigartigem und Kostbarem immer näher: uns selbst. Dabei begleiten uns Meditationen aus den christlichen, hinduistischen und buddhistischen Traditionen und wir lassen neue Erkenntnisse und Methoden in unsere Meditationspraxis einfließen. Unvoreingenommen nach Innen zu lauschen bedeutet innezuhalten und im Augenblick ganz wach zu sein.

Inhalte:

- Kennenlernen und Praxis verschiedener Meditationsformen wie Sitzen in Stille (Zazen), Atemmeditation, Herzensgebet, Mantrapraxis, Bewegungs- und Ausdrucksmeditationen, Dyadenstruktur (EI) sowie Dasein in Stille
- Integration der Achtsamkeit in den Alltag
- Modelle und Theorien als Landkarten für die Seele
- bewusstes Atmen als Elixier für bewusstes Leben
- die Verbindung mit der Natur, mit sich selbst, mit den Anderen und mit der geistigen Welt
- Erkennen und Bearbeiten von eigenen festgefahrenen Denkmustern, blockierten Emotionen und chronischen Verspannungen
- Auseinandersetzung mit der persönlichen Lebensaufgabe
- Selbstachtung, Verstand und Herz als Navigation auf dem inneren Weg
- Austausch und Reflexion der eigenen Erfahrungen
- selbstständige Ausarbeitung und Durchführung einer Seminareinheit mit anschließender Supervision.

Da ein standardisiertes Programm den Menschen und den konkreten Situationen nicht immer gerecht werden kann, ist es sinnvoll, Inhalte und Methoden den Prozessen anzupassen. In Absprache können Seminareinheiten auch in der Natur stattfinden. Neben den Präsenzterminen sind eine individuelle Meditationspraxis, das Erstellen von Seminarinhalten und die Arbeit in Gruppen Bestandteil dieser Ausbildung.

Das Seminar eignet sich für Therapeuten/innen, Berater/innen und Interessierte.

Dozent/in Max Straub: Jg. 1955, Dipl.-Soz.päd. (FH), Studium der Philosophie, Ausbildung zum Heilpraktiker (HP), Ausbildung in Bioenergetik (ZIST) und Themenzentrierter Interaktion (TZI-Dipl.), Council Guide Training (CGT, Ehama-Institute New Mexiko), längere Zen-Klöster-Aufenthalte in Deutschland und Japan, iam-Meditationslehrer, Mata Amritanandamayi (Indien). Seit 1988 eigene Naturheilpraxis für Körperpsychotherapie und Meditation, Kreativtherapeut in psychosomatischen Privatkliniken, Supervisionstätigkeit.

Termine:

Sa. 18.06.2022

So. 19.06.2022

Sa. 02.07.2022

So. 03.07.2022

Sa. 16.07.2022

So. 17.07.2022

Sa. 03.09.2022

jew. 10:00-18:00 Uhr
weitere Unterrichtstermine
unter paracelsus.de

Preis:

2400,- Euro *

Paracelsus Schule

Albert-Ott-Str. 4

87435 Kempten

Tel. 0831 - 51 15 71

Seminarnummer:

SSH81180622

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

