

# Mentor/in für Achtsamkeit und Meditation

## SPIRITUALITÄT / ENERGETIK



– Grundlagen für die Begleitung von inneren Prozessen –  
Der Fokus dieses Seminars liegt in der persönlichen Bewusstseinsentwicklung und in der Reflexion der eigenen Erfahrungen als Basis für professionelles Arbeiten. 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 dieser Reise begegnen wir verschiedenen Abenteuern und kommen dabei letztlich etwas Einzigartigem und Kostbarem immer näher: uns selbst. Dabei begleiten uns Meditationsformen aus den christlichen, hinduistischen und buddhistischen Traditionen, welche sich auf das Gute im Menschen ausrichten.

### Inhalte:

- das Kennenlernen 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
- das bewusste Atmen als ein Elixier für bewusstes Leben
- die Verbindung mit der Natur, mit sich selbst, mit den Anderen und mit der geistigen Welt
- das Erkennen und Bearbeiten von eigenen festgefahrenen Denkmustern, blockierten Emotionen und chronischen Verspannungen
- die 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 jeweiligen 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 HP 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. 10.06.2023**

**So. 11.06.2023**

**Sa. 24.06.2023**

**So. 25.06.2023**

**Sa. 29.07.2023**

**So. 30.07.2023**

**Sa. 09.09.2023**

jew. 10:00-18:00 Uhr  
weitere Unterrichtstermine  
unter [paracelsus.de](http://paracelsus.de)

### Preis:

**2400,- Euro \***

### Paracelsus Schule

**Albert-Ott-Str. 4**

**87435 Kempten**

Tel. 0831 - 51 15 71

### Seminarnummer:

**SSH81100623**

### Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

