

Michael Thum

Erfahrener Lehrer (Level 2)

Zertifizierter MBSR- und MBPM-Lehrer
bis 2018: Internationaler HR-Projektmanager im Sektor
Weiterbildung

ursprünglich: Gymnasiallehrer für die Fächer
Mathematik und Deutsch

- Seit 2011 regelmäßige Besuche von Zen-Sesshins und Vipassana-Retreats; tägliche Zen-Meditation
- Seit 2011 Beschäftigung mit dem Problem transgenerational übernommener Kriegs- und Vertreibungstraumata
- Juni 2019 Zertifizierung als MBSR-Lehrer
- Oktober 2021 Zertifizierung als MBPM-Lehrer

Persönlicher Schwerpunkt: die achtsame Arbeit an psychosomatischen Schmerzen und den dahinter liegenden Glaubenssätzen

Achtsamkeitsausbildung

- Zen-Schulung am Benediktushof Holzkirchen
- Ausbildung zum MBSR-Lehrer am IAS Bedburg
- Ausbildung zum MBPM-Lehrer am Achtsamkeitsinstitut Ruhr



Adresse

Tränkgässle 7
71665 Vaihingen an der Enz

☎ 07042/950181

✉ micha.thum@t-online.de

<http://www.zentrum-gesundheitsbildung-vai>