VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

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