

• • •

# Meditationslehrer Ausbildungsmodule



**MediLehrer 4 Module 5/3/3/3 Tage**

**Start: 11. April 22**

**Ende: 09. Oktober 22**

**Gesundheitspraktiker 2,5 Tage**

**Präsenz & Online**

**Anna Rita Cozzetto**

**HPP | Meditationslehrerin**

# **Modul 1**

## **5 Seminartage**

**Als Bildungsurlaub anerkannt in Hessen,  
Niedersachsen und NRW**

- **MBSR - Die Methoden von Mindfulness Based Stress Reduction: Body-Scan, Gehmeditation, Yoga nach J. K. Zinn**
- **Theorie und Praxis der drei Hauptzweige im Buddhismus: Hinayana, Mahayana, Vajrayana**
- **Praxis von stillen und dynamischen Meditationen aus Ost und West**
- **Übungen und Reflektionsräume zum integrieren deiner Erfahrungen**
- **Neurowissenschaftliche Erkenntnisse**
- **Selbsttrainingsaufgaben**

## **Modul 2**

### **3 Seminartage**

- **Energiekörper- und Chakralehre**
- **Chakrameditationen**
- **Einführung in Advaita Vedanta Philosophie**
- **Lehrproben und Lehrkompetenz**

## **Modul 3**

### **3 Seminartage**

- **Daoismus, Dantiens, Meridiane, Elementenlehre (TCM) und daoistische Meditationen**
- **Mitgeföhlsmeditationen**
- **Das spirituelle Erwachen – Versenkungsstufen und mystische Erfahrungen**
- **Lehrproben und Lehrkompetenz**

# **Modul 4**

## **3 Seminartage**

- **Atma vichara – Selbsterforschung nach Ramana Maharshi**
- **Retreat Prozess, ein Tag Schweigen und stille Meditationen**
- **Kontemplative Dyadenarbeit**
- **Leitung und Aufbau von Meditationskursen sowie pädagogische Interventionen**
- **Transfer des Erlernten für deinen beruflichen Start**



# Abschluss und Qualifizierung

Zum Abschluss...

- führst du eine Selbst-Präsentation für die Gruppe mit anschließender Supervision durch.
- erhältst du ein Zertifikat, in dem der Umfang und die wesentlichen Inhalte des Trainings, sowie deine Kompetenzen beschrieben sind.
- bekommst du einen fundierten Leitfaden zur Vertiefung der eigenen Meditationspraxis und zum Anleiten von Seminaren.
- wird von Herz und Seelenpfad dein Zertifikat bescheinigt, welches von der DGAM (Deutsche Gesellschaft für alternative Medizin, Hannover) anerkannt ist.

**Wenn du zudem den Gesundheitspraktiker absolvierst, wird das Zertifikat zum Meditationslehrer direkt von der DGAM ausgestellt.**

# Fortildung Gesundheitspraktiker (2,5 Tage)

**Auf Wunsch einzeln buchbar!**

**Diese Zertifizierung vermittelt die Kompetenzen für eine haupt- oder nebenberuflichen Praxis und ein erfolgreiches Stärken der Gesundheit auch mit medizinischen kranken Menschen. Gesundheitspraktiker\*in ist eine Alternative oder Ergänzung zu erlaubnispflichtigen Heilberufen.**

**Alle Infos: [DGAM Hannover](#)  
Telefon +49 (0) 5139 278101  
eMail [info@dgam.de](mailto:info@dgam.de)**



# Veranstaltungsort & Gebühren

**Veranstaltungsort MediLehrer Ausbildung:  
Nesselröden/Duderstadt**

**Teilnahme in Präsenz unter Beachtung der C-Regeln  
und mit Schnelltest möglich.**

**Ausbildungsgebühr**

**Frühbucher bis 15.3.22 zahlen: 1998 €**

**Danach: 2160 €**

**Ratenzahlung nach Vereinbarung möglich**



**Kontakt: 0176/80008634 oder  
info@herz-und-seelenpfad.de**

**Anna Rita Cozzetto  
www.herz-und-seelenpfad.de**