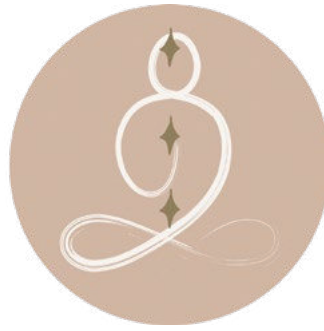


Zertifizierter
Meditations-
Lehrer

NACH PETER BEER



Die beliebte
8-monatige
Online-Aus-
bildung zum



Es braucht nicht viel.
Es braucht nur Dich.
So, wie du bist.

younity

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|-----------|
| Meditation. Was bedeutet das? | 4 |
| Die transformative Kraft der Meditation | 5 |
| Persönliche Worte von Peter Beer an dich | 7 |
| Wie diese Ausbildung dein Leben bereichert | 8 |
| Die perfekte Ausbildung für... .. | 10 |
| Wozu dich diese Ausbildung befähigt... .. | 10 |
| Für wen ist diese Ausbildung geeignet? | 11 |
| Das erwartet dich in und nach dieser Ausbildung | 12 |
| Deine Modulübersicht | 16 |
| Über deinen Mentor Peter Beer | 18 |
| Über deinen Ausbildungscoach Heike Otto-Haase | 19 |
| FAQ – Fragen & Antworten zur Ausbildung | 20 |
| Kundenstimmen und Feedback zu deinem Mentor Peter Beer | 22 |
| Deine Ausbildung. Deine Investition in dein Leben. | Rückseite |
| So geht es konkret für dich weiter | Rückseite |





»Deine
Aufmerksamkeit
ist das
wertvollste,
was du hast.«

Peter Beer

Peter Beer zählt zu den bekanntesten Achtsamkeits- und Meditationstrainern in Europa.

Er schreibt Sachbücher, hält Vorträge, organisiert Retreats, gründete die Achtsamkeitsakademie und zeigt Menschen auf der ganzen Welt, wie sie ein achtsames, glückliches und erfülltes Leben führen.

In der Ausbildung zum zertifizierten Meditationslehrer nach Peter Beer zeigt dir der renommierte Meditationsexperte, Psychologe und Spiegelbestseller-Autor, wie auch du durch die Kraft der Stille zum achtsamen Gestalter deines Lebens wirst.

Meditation.

Was bedeutet das?

Die Meditation ist ein tiefes und fundamentales Werkzeug, das seit Jahrtausenden in verschiedenen Kulturen, Lehren und Religionen angewendet wird, welche sich über Generationen hinweg entwickelten.

Ob zur Erweckung spiritueller Energie, als wegweisender Pfad zur Erleuchtung oder zur harmonischen Vereinigung von Körper und Geist - Meditation hat sich als zeitloses Werkzeug bewährt und entfaltet noch heute seine transformative Kraft.





Du willst deine Gedanken und Gefühle besser verstehen lernen und dadurch ein übernatürliches Gefühl von Glück und Erfüllung für dich und deine Mitmenschen schaffen?

Erfahre in der Ausbildung zum zertifizierten Meditations-Lehrer nach Peter Beer, wie du moderne Psychologie mit buddhistischen Weisheitslehren verbindest, um außerordentliches Wohlbefinden zu schaffen.

Buche dir noch heute ein kostenfreies Gespräch bei einem unserer Telefonberater und erfahre alles zu dieser beliebten Ausbildung mit Peter Beer.

www.meditations.academy/ausbildung



Die transformative Kraft der Meditation

Durch das Praktizieren der Meditation können wir lernen, unseren Alltag bewusster zu gestalten und den Geist zu fokussieren. Dies ermöglicht es, tief in unser Inneres zu tauchen und so einen klaren und unverfälschten Blick auf das eigene, wahre Selbst und die Welt um uns herum zu werfen. Wir werden zu aktiven Gestaltern unseres eigenen Lebens.

Die positive Wirkung der Meditation auf den menschlichen Geist und Körper wird auch von der modernen Wissenschaft, insbesondere der Gehirnforschung anerkannt. Untersuchungen zeigen, dass Meditation Stress reduzieren, die kognitive Funktion verbessern und das allgemeine Wohlbefinden steigern kann.

Der Weg in eine dauerhafte Meditationspraxis kann herausfordernd sein, doch die Belohnungen sind unermesslich. Es geht nicht nur darum, einen Zustand der Ruhe und des Friedens zu erreichen, sondern auch darum, eine tiefe Verbindung zu dir selbst und zum Universum zu finden und dir dadurch ein Leben nach deinen eigenen Vorstellungen und Wünschen zu kreieren.



Persönliche Worte von Peter Beer an dich

»Meditation hilft uns zu erkennen, wer wir wirklich sind. Und wenn wir dieser authentische Ausdruck von uns selbst sind, sind wir freudvoll, liebevoll und frei in dieser Welt.«

Peter Beer

Herzlich willkommen zu meiner Ausbildung zum Meditations-Lehrer. Ich bin Peter Beer, und es ist mir eine große Freude, dich auf diesem Weg zu begleiten. Diese Ausbildung ist etwas Besonderes, denn sie öffnet dir Türen zu einem tieferen Verständnis von dir selbst und der Welt um dich herum.

In dieser Ausbildung geht es nicht nur darum, für dich selbst zu lernen und zu wachsen. Es geht auch darum, das erlangte Wissen an andere weiterzugeben. Ich werde dich nicht nur darin unterstützen, deine eigenen Fähigkeiten zu entwickeln, sondern auch darin, andere Menschen auf ihrem Weg zu begleiten, um Stress abzubauen und innere Ruhe zu finden.

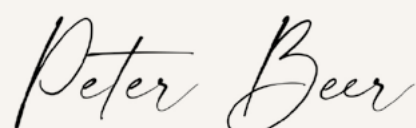
Unsere Gesellschaft leidet unter einem hohen Maß an Stress und Überlastung. Als Teilnehmer dieser Ausbildung hast du die Möglichkeit, gesellschaftliche Verantwortung zu übernehmen und positiv zur Behebung dieses Problems beizutragen. Du wirst lernen, wie du den vermittelten Stoff effektiv an andere weitergeben kannst, um ihnen dabei zu helfen, ein bewussteres und erfüllteres Leben zu führen.

Schau, ich bin kein Guru oder Meister. Ich bin einfach ein Mensch wie du, der selbst den Weg der Meditation und Achtsamkeit gegangen ist. Ich habe mich die vergangenen zwölf Jahre intensiv mit Psychologie, buddhistischer Philosophie und Zen-Meditation auseinandergesetzt, um zu verstehen, was uns wirklich glücklich macht. In der Ausbildung werde ich dieses Wissen und meine Erfahrungen mit dir teilen.

Ich lade dich ein, mit offenen Augen und offenem Herzen an dieser Ausbildung teilzunehmen. Gemeinsam werden wir den Weg der Meditation und Achtsamkeit gehen, um unsere eigene Transformation zu erleben und anderen Menschen dabei zu helfen, ihr volles Potenzial zu entfalten.

Ich freue mich darauf, gemeinsam mit dir diese wertvolle Reise anzutreten.

Herzlich, dein Peter



Wie diese Ausbildung dein Leben bereichert



Etablierung fundierter Meditationsgewohnheiten

Mit dieser Ausbildung wirst du befähigt, eine nachhaltige und tiefgehende Meditationspraxis zu etablieren, die dir dabei hilft, innere Stille und eine Gelassenheit zu finden, die deine Lebensqualität weiter steigern wird.



Erweiterte Körperwahrnehmung

Du erlangst ein umfangreicheres Verständnis für deinen eigenen Körper und entwickelst die Fähigkeit, deine Präsenz und Bedürfnisse bewusst wahrzunehmen und respektvoll zu behandeln, um letztlich mehr Selbstliebe zu erfahren.



Emotionale Kompetenz entwickeln

Du lernst, deine emotionale Intelligenz zu stärken, welche dir besonders in herausfordernden Momenten hilft, nicht an negativen Emotionen festzuhalten, sondern einen ausgeglichenen, gesunden Umgang mit deinen Gefühlen zu pflegen.



Kultivierung gesundheitsfördernder Gedanken

Positive und heilsame Gedanken fördern deine geistige und körperliche Gesundheit, lassen dich dem Leben optimistischer entgegenreten und führen allgemein zu einem mit Leichtigkeit und Freude gefülltem Lebensgefühl.



Erreichen tieferer Selbsterkenntnis

Diese Ausbildung ermöglicht dir, tiefere Selbsterkenntnis zu erlangen und authentischer in deinem persönlichen Ausdruck und Auftreten zu sein, was dir hilft, ein erfüllteres Leben zu führen.



Herzöffnung und Verantwortungsübernahme

Du erlebst Liebe und Mitgefühl für dich selbst und andere, denn du wirst lernen dein Herz zu öffnen und Verantwortung in der Welt zu übernehmen, was dein Leben bereichern und verändern wird.



Ausbildung zum zertifizierten Trainer

Du entwickelst die Fähigkeiten eines Trainers oder Lehrers, um das erlernte Wissen an andere weiterzugeben und so positive Veränderungen in der Gesellschaft zu bewirken. Mit der Ausbildung kannst du Meditations- und Achtsamkeitspraktiken in deine therapeutische Arbeit oder dein Coaching einfließen lassen, um Klienten bei der Stressbewältigung und persönlichen Entwicklung zu unterstützen.



»Folge der Freude – jeden Tag eine Minute mehr.«

Die perfekte Ausbildung für ...

Therapeuten | Gesundheitsberater | Pädagogen | Atemtherapeuten | Yoga-Lehrer | Energiearbeiter | Psychologen | Lehrer | Coaches | Consultants | Familienmanager | **Menschen wie Du & Ich**

Diese Ausbildung ist eine Reise zu dir selbst und anwendbar in jeglichen Berufen, Beziehungen und Lebenssituationen. Durch deine geschulte Achtsamkeit wirst du in jeglichen Bereichen deines Lebens tiefere Einblicke in die Denkmuster, Emotionen und Verhaltensweisen von dir und deinen Mitmenschen erhalten.

Die Kunst der Meditation und Achtsamkeit kann jeder erlernen, weil jeder diese Kraft in sich trägt.

Wozu dich diese Ausbildung befähigt ...

In deiner Ausbildung zum zertifizierten Meditations-Lehrer nach Peter Beer erwartest du eine tiefgreifende Transformation und eine professionelle, fundierte Schulung deiner inneren Achtsamkeit und Ruhe.

Diese Ausbildung ist jenseits der gängigen Struktur, denn du erfährst dich selbst in deiner Begabung. Sie stützt sich nicht auf trockene Theorien, sondern auf Peter Beers jahrzehntelange Berufserfahrung und auf dich selbst. Es ist ein Selbsterfahrungsprozess, der dir ermöglicht, ein völlig neues und erfüllendes Leben zu gestalten.

In Zusammenhang mit Meditation wird daher auch das Feld der Achtsamkeit eine große Rolle spielen in dieser Ausbildung. Es geht darum bewusster durch den Alltag zu gehen, Erlebnisse intensiver zu erfahren und deine Wahrnehmung zu schulen. Durch deine geschulten Fähigkeiten der Meditation hast du dann die Möglichkeit, diese Gabe mit der Welt zu teilen und Menschen auf ihrem Weg zu unterstützen und zu begleiten.

Unter anderem mit:

- ✦ Meditationsleitung und Achtsamkeitstraining
- ✦ Energetische Arbeit
- ✦ Beratende Tätigkeit

Mit Peter Beer an deiner Seite führt dich diese Reise tief in dein eigenes Selbst, zu vielleicht verlorenen oder verborgenen Lebensträumen. Diese schlummernde, innere Kraft lernst du wieder zu erwecken und tankst den Mut sie auch zu leben.

Was du dafür tun musst?

Nicht viel. In dieser Ausbildung wird dir der Weg gezeigt, doch du musst offen genug sein, diesen auch zu gehen. Deine Lebensfreude wird es Wert sein.

Für wen ist diese Ausbildung geeignet?

- † **Alle**, die Meditation und Achtsamkeit in ihren bestehenden Beruf einbauen wollen: z. B. Lehrkräfte, Erzieher, Sozialpädagogen, Berater und Coaches, Psychotherapeuten, Yoga- und Fitness-trainer und andere, die im Wellness-Bereich arbeiten.
- † **Personen**, die ihre eigene Meditationspraxis vertiefen wollen
- † **Menschen**, die eine Selbstständigkeit im Bereich der Achtsamkeit und Meditation zu ihrem Beruf machen wollen und beispielsweise Meditationskurse in Gruppen anbieten möchten.
- † **Führungskräfte oder Unternehmer**, die nach einem effektiven Ansatz zur Stressbewältigung und zur Förderung des Wohlbefindens für sich und Mitarbeitende suchen.

Welchen Mehrwert bringt diese Ausbildung?

Ein berufliches Leben als Meditations- und Achtsamkeitslehrer

- † Gruppen anleiten (Kurse geben)
- † Kurse und Seminare geben (online und live)
- † 1:1 Sessions

Du musst nicht als Meditationslehrer tätig sein. Du kannst dein neues Wissen auch:

- † in deine Familie und Freundschaften integrieren (z. B.: als Elternteil an deine Kinder weitergeben)
- † die Trainer- und Lehrkompetenzen in deine bisherige Berufswelt integrieren (z. B. als Therapeut, Pädagoge etc.)
- † als intensiven Selbsterfahrungsprozess angehen und dein wahres Potenzial entfalten

Ein »Geheimnis« für Dich:

Mit Voranschreiten der Ausbildungszeit, wird in dir der Wunsch entstehen, dieses Wissen in die Welt hinaus tragen zu wollen. Du wirst erkennen, dass du durch die Weitergabe deiner Fähigkeiten und Kenntnisse nicht nur dein eigenes Leben, sondern auch das Leben vieler anderer positiv beeinflussen und verändern kannst.



Das erwartet dich in und nach dieser Ausbildung



Dauer

Deine umfangreiche Online-Ausbildung dauert **acht Monate** und umfasst acht **aufschlussreiche Module, mit einer Fülle an transformativen Content**. Damit wir dich intensiv begleiten können und dich nicht mit zu viel Lernstoff überfordern, schalten wir in abgestimmten Abständen jedes Modul einzeln mit gebündelten Lektionen sowie zugehörigen **Übungsaufgaben** auf der Ausbildungsplattform für dich frei.

Diese Ausbildung steht nur einer begrenzten Anzahl Teilnehmern zur Verfügung, welche alle gleichzeitig mit dem 1. Modul starten und die acht Monate Ausbildungszeit gemeinsam durchlaufen.

Moderne, digitale Ausbildungsplattform

Das Herzstück deiner Ausbildung ist die digitale Ausbildungsplattform, auf welcher du alle deine Ausbildungsinhalte, Lehrpläne, Video-Sessions, Praxis-Call-Zugänge und vieles mehr findest.

Du hast Scheu vor einer »digitalen Lernwelt«? Keine Sorge - die Plattform ist leicht zu handhaben. Ein extra für dich aufgenommenes Erklärvideo wird dir den Einstieg und den Umgang mit der Plattform so leicht wie möglich machen.

Vorbereitungsinhalte

Damit du dich optimal auf deine Ausbildung vorbereiten kannst, bekommst du bereits vor Ausbildungsstart Zugriff auf unsere Plattform mit den ersten Inhalten sowie Willkommens- und Vorbereitungsvideo.

Zusätzlich wird ab Kauf dein Vorbereitungskurs »Meditation & Achtsamkeit« für dich zugänglich sein. Diesen Kurs wirst du nach erfolgreichem Abschluss deiner Ausbildung als Meditations-Lehrer nutzen und selbst weitergeben können.

Acht umfassende Ausbildungs-Module mit Video- Lektionen und Meditationen

Anwendungsorientiertes, praxisbezogenes Lernen, intensive Übungen, tiefgreifende Meditationen, Reflexionssaufgaben zu jedem Modul und Meditations-Praxis-Calls mit deinem Ausbildungs-Coach werden dich acht Monate lang – Schritt-für-Schritt – begleiten. Diese Online-Ausbildung besteht aus **mehr als 130 wertvollen Video-Lektionen** mit geballter Ladung an Content inklusive Audio-Download-Möglichkeit.



Lerne vom Besten.

Du willst deine Achtsamkeit schulen, erkennen wer du wirklich bist und anderen helfen, das Gleiche zu tun?

Buche dir noch heute einen kostenfreien Beratungstermin bei einem unserer Berater und erfahre wie du Meditations-Lehrer werden kannst.

www.meditations.academy

Workbooks für jede Lektion

In den sorgfältig gestalteten Ausbildungsunterlagen zu jedem Modul erhältst du jeweils schriftliche Zusammenfassungen, Reflexionsaufgaben und die Möglichkeit, deine Notizen zur jeweiligen Lektion festzuhalten. So kannst du die Inhalte aus den Videos weiter vertiefen und kontinuierlich repetieren.

Fragen und Antworten direkt von Peter Beer

Alle deine persönlichen Fragen werden direkt von Peter Beer in den Live-Calls beantwortet. Ansonsten steht dir auch jederzeit das Glossar zur Verfügung, welches eine Fülle an Antworten auf frühere Fragen beinhaltet.

Meditations-Praxis-Calls

Wir gehen in die Umsetzung! In regelmäßig stattfindenden Meditations-Praxis-Calls vertiefst du dein neu erlerntes Wissen und kannst es direkt praktisch umsetzen.

Bonus-Material

Du erhältst wertvolles, zusätzliches Bonus-Material, welches du für deine Ausbildung nutzen kannst.

Community zum Üben, Austauschen und Vernetzen

Während der gesamten Ausbildungszeit (und darüber hinaus) erhältst du auf deiner Ausbildungsplattform ebenfalls Zugriff auf **deine Community**, welche für dein persönliches Wachstum unterstützend ist und dich begleitet.

Du kannst dich hier inmitten von Gleichgesinnten über deine Erfahrungen, Gedanken und Gefühle austauschen. Fragen anderer Teilnehmer können bei dir neue Denkanstöße kreieren und auch du kannst all deine Fragen, die dir während oder nach deiner Ausbildung aufkommen, stellen.

Eine weitere, sehr wertvolle Möglichkeit ist die Bildung von Seminar- und Übungsgruppen, in welchen ihr zusammen euer Wissen und die erlernten Techniken weiter vertiefen könnt.

Flexibilität und eigenes Lerntempo

Deine Ausbildung ist so geplant, dass du sie in deinem eigenen Lerntempo durchlaufen kannst. Darum stehen dir alle Ausbildungsinhalte lebenslang und zu jeder Zeit online zur Verfügung – egal ob am PC oder auf deinem Mobilgerät.

Online-Abschluss-Event

Zum Abschluss deiner Ausbildung erwartet dich ein besonderes, digitales Abschluss-Event mit wertvollem Austausch und einem einzigartigen Programm.


Prüfung und Zertifikat

Während der Ausbildung wirst du ein Meditations-Journal schreiben, indem du deine Fortschritte, Herausforderungen und Entwicklung festhältst. Das Einreichen einer Zusammenfassung deines Journals ist Voraussetzung für dein Zertifikat.

Zertifizierter
Meditations
-Lehrer

NACH PETER BEER





»Ein meditativer
Zustand ist,
wenn dein Geist
hellwach –
und dein Körper
zugleich
entspannt ist.«

Peter Beer



Deine Modulübersicht

MODUL 1

Grundlagen

Dieses Modul ist das Fundament für deine Ausbildung. Du lernst, wie du deine eigene Meditationspraxis etablieren kannst, indem du dich auf deine Aufmerksamkeit konzentrierst, die richtige Körperhaltung einnimmst und verschiedene Arten der Meditation ausprobierst. Du erfährst auch, welche Hindernisse auftreten können und wie du sie überwinden kannst. Am Ende lernst du, wie du die sechs Sinne des Buddhismus für deine Meditation nutzen kannst und welche Ziele du durch die Ausbildung erreichen kannst: Klarheit, Stabilität und Frieden.

MODUL 2

Im Körper ankommen

Im Zentrum dieses Moduls steht die intensive Wahrnehmung des Körpers. Du lernst, eine tiefere Verbindung zu deinem Körper aufzubauen und Tiefenentspannung zu trainieren. Dabei wird dir der Deep-Relaxation-Process (DRP) als hilfreiches Werkzeug vorgestellt. Zudem erforscht du die Bedeutung der Annahme und Akzeptanz des gegenwärtigen Moments.

MODUL 3

Alte Wunden heilen

Dieses Modul widmet sich den Emotionen. Du lernst ihre Entstehung und ihren Einfluss auf unser Handeln kennen. Zudem werden Methoden zur Verarbeitung von Emotionen vorgestellt, einschließlich des Emotional-Freedom-Process (EFP) nach Peter Beer. Das Modul behandelt außerdem den Umgang mit Traumata, um Sensibilität für sich selbst und andere zu entwickeln.

MODUL 4

Einen freudvollen Geist kultivieren

Dieses Modul erforscht die Macht der Gedanken. Du lernst, dich von dysfunktionalen Gedankenmustern zu lösen und eine liebevolle Haltung dir selbst gegenüber zu entwickeln. Die Integration der Gedanken in die Meditation und der Umgang mit dem inneren Kritiker werden behandelt. Weiter werden die Auswirkungen digitaler Medien auf unsere Gedankenwelt betrachtet und du wirst ermutigt, ein Digital Detox zur Vertiefung deiner Meditationspraxis auszuprobieren.

Dein Ausbildungsaufbau

BEGINNING
Körper-Geist-
Training

AWAKENING
Erwachen

**TRAINER-
UND LEHR-
KOMPETENZ**

**MODUL
5**

**Körperbewusstsein
vertiefen**

Im fünften Modul tauchen wir in die intensive Wahrnehmung des eigenen Körpers. Du hast bereits gelernt, tiefe Entspannung zu erfahren, nun geht es darum Klarheit, Stabilität und Frieden als Fähigkeiten zu trainieren. Dabei üben wir, den Fokus gezielt auf die Erfahrung zu richten: Die Erfahrung von Empfindung, Vergänglichkeit, der Stille und dem Annehmen.

Jeder Körper ist vergänglich und so gehört die Betrachtung der eigenen Vergänglichkeit ebenfalls als wichtiges Element zu diesem Modul.

**MODUL
6**

**Erfahren wer du
wirklich bist**

Du kennst es bestimmt: Je nachdem, mit wem du zusammen bist, nimmst du eine andere Persönlichkeit an. In diesem Modul beschäftigen wir uns mit Identifikationen und Rollen. Du ergründest die verschiedenen Schichten deines Seins, um schlussendlich zum wahren Kern zu gelangen: Was bleibt, wenn alle deine Rollen im Außen wegfallen?

Wie ist dein Gefühl von »Ich« aus psychologischer Sicht im Laufe deines Lebens entstanden? Und was ist Bewusstsein? Mit tiefer Meditation erforschst du weiter dein Ich-Gefühl.

**MODUL
7**

**Sein Herz
öffnen**

In diesem Modul meditierst du viel mithilfe von zwei Audios die dir helfen, Sicherheit in deinem Herzen zu erlangen. Liebe und ein offenes Herz sind Qualitäten, bei deren Ergründung es nicht um den Verstand, sondern um die Erfahrung selbst geht, weshalb du wieder neu lernen darfst, was es bedeutet, mit offenem, weichem Herzen im Leben zu stehen und verantwortlich in der Welt zu handeln.

**MODUL
8**

**Trainer- und
Lehrkompetenzen**

Im abschließenden Modul, nach der Reise der tiefgründigen Selbsterfahrung mündet die Ausbildung im praktischen Teil der Lehrkompetenzen. Du findest praktische Tipps und Erklärungen, wie du angeleitete Meditationen aufbaust und was du beachten darfst, um einen sicheren Raum für alle Teilnehmenden zu schaffen.

Dir werden Methoden zur Begleitung von Lernprozessen vermittelt, wie du ganz allgemein Seminare und Kurse aufbaust und Ablenkung für die Teilnehmenden vermeidest.



Über deinen Mentor Peter Beer

Peter Beer – Meditations- und Achtsamkeitslehrer, mehrfacher Spiegelbestseller-Autor und Gründer der Achtsamkeitsakademie

»Begonnen hat mein beruflicher Weg jedoch um 180 Grad anders: Ich war Ingenieur in einem der größten deutschen Automobilkonzerne. Wie viele Kollegen brannte ich nach einiger Zeit unter Stress und Dauerbelastung völlig aus. Es gab eine Zeit, in der ich nachts schweißgebadet da lag und kein Auge zumachte. Eine Zeit, in der die Symptome von Herzrasen, Herzstechen und Übelkeit (später sollte ich erfahren, dass diese bei mir durch Panikattacken verursacht waren) mich mehr als einmal den Rettungswagen rufen ließen. Zugegebenermaßen war in dieser Situation lange Zeit mein sehnlichstes Ziel, einfach nur zu funktionieren *wie ein normaler Mensch*. Ich versuchte, meine Angst und das Ausgebrannt-Sein zu verdrängen so gut es ging, um an

der Oberfläche *normal* zu wirken. Doch eines Tages wurde mir bewusst, dass ich so nicht weiter machen wollte oder konnte.

Ich begann, mich aktiv mit mir selbst zu beschäftigen. Und nachdem die ersten Methoden aus der Psychotherapie ihre Wirkung zeigten, war mein Interesse entfacht. Von da an brannte ich für die Frage: *Was braucht es, was braucht ein Mensch, um wirklich glücklich zu leben?* Ich schrieb mich für ein Studium in Psychologie ein und las alles dazu, was mir in die Hände fiel. Und vor allem hatte ich das Glück, von einem sehr erfahrenen und renommierten Zen-Meister (Hyon Gak Sunim) Meditation lernen zu dürfen. Ohne Achtsamkeit und Meditation wäre es (zumindest mir) denke ich nicht gelungen, aus diesem jahrelangen Loch wieder herauszufinden.

Diesen Wissensschatz aus der empirischen Psychologie, aber auch der buddhistischen Philosophie, sowie meine Erfahrung mit dem Zen-Buddhismus und mit Achtsamkeit, wollte ich gerne an andere weitergeben. Deshalb habe ich 2015 die Achtsamkeitsakademie gegründet.

Diese einzigartige Online-Ausbildung ist das Ergebnis aus mehr als zwölf Jahren Arbeit aus dem tiefsten Herzen. Darin findest du die Essenz aus den für mich wichtigsten Erkenntnissen und Methoden, die die empirische Psychologie mit der buddhistischen Weisheitslehre zusammenbringen.«

Dein Peter

Erfahre in der Ausbildung zum zertifizierten Meditations-Lehrer nach Peter Beer wie du moderne Psychologie mit buddhistischen Weisheitslehren verbindest, um außerordentliches Wohlbefinden zu schaffen.

Buche dir noch heute ein kostenfreies Gespräch bei einem unserer Telefonberater und erfahre alles, zu dieser tiefgreifenden Ausbildung mit Peter Beer.

www.meditations.academy

Über deinen Ausbildungscoach Heike Otto-Haase

Heike ist seit bald sechs Jahren Mitglied der Achtsamkeitsakademie und sehr aktiv auf ihrem Herzensweg der ganzheitlichen Achtsamkeit und der Meditation unterwegs.

Als ehemalige Teilnehmerin dieser Ausbildung hat sie dort genau den Tiefgang in der Meditation gefunden, den sie sich wünschte und wurde nach Abschluss der Ausbildung von Peter Beer als Unterstützung angefragt, ihre Erfahrungen an andere Menschen weiterzugeben.

Meinen Zugang zur Meditation fand ich ganz natürlich und selbstverständlich, als ich Peter Beer und die Achtsamkeitsakademie für mich entdeckte. Hier erlebte ich die für mich ideale Kombination von Wissenschaft und Weisheit, wobei ich mich zunehmend auch der Spiritualität und

der Meditation als deren Basis öffnete. Über die Jahre habe ich nun eine tägliche Meditationsroutine aufgebaut und fest in meinen Alltag integriert.

Als Mutter von vier inzwischen erwachsenen Kindern bringe ich auch einiges an Lebenserfahrung mit. Weil ich selbst durch zahlreiche Höhen und Tiefen gegangen bin, habe ich viel Einfühlungsvermögen und Verständnis für die Herausforderungen und Nöte meiner Mitmenschen. Während meiner eigenen Ausbildung zur Meditations-Lehrerin hatte ich eine schwere gesundheitliche Herausforderung und ich habe es an mir so erlebt, dass mich die Lerninhalte und meine kontinuierliche Meditationspraxis nicht nur gestützt, sondern innerlich geradezu gerettet haben. Für mich haben meine Meditationsroutine und mein »Aufwachen« etwas unmittelbar Lebenspraktisches.

Ich freue mich sehr auf meine Aufgabe, die Teilnehmer der Ausbildung zu unterstützen. Gerne werde ich ihnen bei ihren Fragen begleitend zur Seite stehen, damit sie sich immer gut aufgehoben fühlen und das Beste für sich mitnehmen können.



*Lass dich von mir auf
unserer gemeinsamen
Meditationsreise
begleiten! Ich freue
mich auf dich!
Deine Heike*

FAQ – Fragen & Antworten zur Ausbildung

Was kann ich von dieser Ausbildung erwarten?

Diese Ausbildung ist eine unvergleichbar tiefgehende Erfahrungsreise, in der du deine Welt von Innen nach Außen verwan- delst. Den alten, emotionalen Ballast, den du über dein ganzes Leben gesammelt hast, lernst du loszulassen, wodurch du in Entspannung und Regeneration kommst. Dieser Friede im Geist gibt dir die Möglichkeit, Zugang zu deiner innersten Essenz zu erhalten, woraus du als kraftvoller Gestalter deines Lebens agieren kannst.

Unser Ziel dieser Ausbildung ist dein inneres Erwachen und die Fähigkeit, diese Gabe weiterzugeben – ob als Lehrer, Eltern- teil, in deinem Beruf oder All- tag. Denn die wohl wichtigste Reise deines Lebens liegt nicht in einem exotischen Land, son- dern ist die Reise zu dir selbst.

Wieviel Meditations- Vorerfahrung brauche ich für diese Ausbildung?

Unser Verstand hat stetig das Gefühl, dass wir bereits funda- mentale Erkenntnisse oder bestimmtes Wissen mitbringen müssen, bevor wir starten kön- nen. Genau von dieser Erwar- tung möchten wir uns distan- zieren, denn diese Ausbildung holt dich genau dort ab, wo du bist. **Was heißt das genau?** Für die Ausbildung braucht es dich, so wie du bist. Mit all deinen Sorgen, Ängsten und Zweifel und gleichzeitig all deiner wertvollen Gaben, die in dir wohnen, damit du die Person werden kannst, die du im Wesenskern bist. Nicht mehr – und nicht weniger.

Was macht diese Ausbildung einzigartig?

Die Ausbildung ist dadurch ein- zigartig, dass wir gemeinsam als Community durch diesen Prozess gehen. Zusätzlich hast du die kontinuierliche Beglei- tung, die in den Alltag so integ- rierbar ist, dass die Anwendung jederzeit möglich ist. Das heißt, die Ausbildung hat nicht nur Auswirkungen auf deinen All- tag, sondern genauso umge- kehrt: die Erfahrungen, die du im Alltag sammelst, haben einen Einfluss auf die Richtung der Ausbildung. Dadurch ent- steht eine Symbiose zwischen Ausbildung und deinem Leben.

Kann ich wirklich ein guter Lehrer sein?

Peter sagt dazu folgendes: »Anfangs war ich voller Sorgen und Zweifel. Ich selbst hatte immer das Gefühl, dass ich vor- her jemand sein muss, bevor ich anderen Leuten helfen kann. Doch sobald wir jemand sein müssen, haben wir eine Maske auf. Und was wir dadurch nicht können, ist mit der anderen Person in Verbindung zu gehen. Was ich gelernt habe: Wenn ich mir erlaube, einfach ich selbst zu sein, mit meinen ganzen Schwächen und Stärken und zeigen kann, wie ich jetzt bin, in diesem Moment, habe ich die Möglichkeit mich zu verbinden. Und das ist das Wichtigste, was wir anderen Menschen schenken können. Deshalb lernst du auch in der Ausbil- dung, ganz Du selbst zu sein.«

Für wen ist diese Ausbildung?

Die Ausbildung ist für jeden. Ob für junge Erwachsene, die

sich von den Konditionierungen der Gesellschaft loslösen wol- len oder Menschen, die gerade mitten im Leben stehen und mit Beruf, Kindern und Partner- schaften konfrontiert sind. Per- sonen, die von alten Vorstellun- gen loslassen möchten, um ein neues energiereiches Leben zu leben. Aber auch für Menschen, die ihre Berufung leben wollen und einen positiven Abdruck hinterlassen möchten, egal ob als Lehrer, der Seminare gibt, als Vorbild im Beruf oder als in- spirierendes Familienmitglied. Und genau aus diesem Grund ist diese Ausbildung so einzig- artig und für jeden eine große Bereicherung.

Wie sieht die Betreuung in der Ausbildung aus?

Wenn Fragen aufkommen soll- ten, hast du verschiedene Mög- lichkeiten, diese zu stellen: an Peter Beer, deinen Ausbildungs- Coach oder unseren VIP-Sup- port. Die Betreuung ist das Transportvehikel, das dich durch die ganze Ausbildung führt und für dich da ist, um dich auf deinem individuellen Weg zu unterstützen. Und das Schöne daran ist: Du wirst die- se Reise gemeinsam mit Gleich- gesinnten durchlaufen, die dein Wachstum zusätzlich fördern und dich unterstützen werden.

Bekomme ich neben den Videos weitere Unterlagen zur Verfügung gestellt?

Zusätzlich zu den einzigartigen Inhalten erhältst du auch noch hochwertige Unterlagen, Arbeitsbücher und wichtiges Begleitmaterial. Diese auser- wählten Materialien werden dich während deiner gesamten

Ausbildung und auch danach auf deinem persönlichen Weg begleiten.

Wieviel Zeit muss ich pro Woche/Tag in die Ausbildung investieren?

Diese Ausbildung ist ein praxiserprobter Weg zu deinem professionellen Dasein als Meditations-Lehrer, der dir nachweislich mit der geringstmöglichen Zeitaufwendung die größtmöglichen Erfolge erlaubt. Um diese Abkürzung trotz deiner individuellen Lebensumstände ohne zeitlichen Druck nutzen zu können, erhältst du lebenslang Zugang zu den Lektionen.

Du wirst in den acht Monaten Ausbildung selbst entscheiden wieviel Zeit du insgesamt in deine Entwicklung investiert. Die Ausbildung umfasst acht Module mit mehreren Video-Lektionen. Hinzu kommen wöchentlich noch weitere Übungen, Reflexionsaufgaben, Übungs-Calls und das regelmässige Praktizieren der Meditation. Insgesamt solltest du dir ca. 4–6 Stunden pro Woche für die Ausbildung einplanen. Du entscheidest selbst, wann und wie oft du die Übungen machst.

Gibt es eine Begrenzung der Schülerzahl, die an den Programmen teilnehmen?

Ja. Die Klassengröße ist begrenzt. So können wir deine individuelle Betreuung absichern und die fortlaufende Qualität der Ausbildung gewährleisten.

Habe ich enge Ansprechpersonen bei Fragen?

Ja. Deine persönlicher younity-Coach sowie dein Ausbildungs-Coach stehen für dich und deine Fragen zur Verfügung. Du kannst sie über die Lernplattform erreichen oder per-

sönlich in den Übungs-Calls ansprechen und deine Fragen stellen.

Ist es technische kompliziert oder ist da jemand, an den ich mich wenden kann?

Wir haben ein kompetentes und hilfsbereites technisches Support-Team, das dich bei deinen aufkommenden Fragen unterstützt. Du musst dich nicht um technische Probleme mühen. Wir werden dich unterstützen und sind nur einen Klick bzw. eine E-Mail entfernt.

Kann ich etwas tun, um mich auf den Kurs vorzubereiten?

Ja. Sobald du angemeldet bist, erhältst du per E-Mail deine Zugangsdaten zur Ausbildungsplattform. Darin findest du ein Willkommensvideo, ein Erklärvideo für die Plattform sowie weitere Vorbereitungsinhalte zum Lesen, Ansehen und Vorfreude steigern.

Zusätzlich wird dein Vorbereitungs-Kurs »Meditation & Achtsamkeit« für dich zugänglich sein. Diesen Kurs wirst du nach erfolgreichem Abschluss deiner Ausbildung als Meditations-Lehrer nutzen können.

Ich konnte keine Informationen zu Kosten der Ausbildung finden. Muss ich direkt mit jemandem sprechen, um diese Information zu erhalten?

Unsere Telefonberater unterhalten sich zuerst mit all unseren Ausbildungsinteressenten, um deren genaue Lebensumstände zu analysieren und um so festzustellen, ob es das richtige Programm für sie ist. Dann besprechen sie mit dir Preise, mögliche Stipendien, Zahlungspläne und alles Weitere.

Kann ich mir die Ausbildung leisten?

Wir verstehen sehr gut, dass Finanzen eine besondere Herausforderung darstellen können. Deswegen haben wir den Preis, trotz des umfangreichen Wissens- und Betreuungsumfangs, so gering wie möglich gehalten. Uns ist es wichtig, dass die Ausbildung zum zertifizierten Meditations-Lehrer nach Peter Beer nicht als Ausgabe verstanden, sondern als eine Investition in das eigene Leben erkannt wird. Wer richtig investiert, kann nicht verlieren. Zu investieren bedeutet, dass du etwas einsetzt, um schließlich ein Vielfaches deines eingesetzten Wertes wieder zurückzuerhalten. Es existiert keine bessere Investition als in dich und deine Zukunft. Geld ist nichts anderes als ein Mittel, um Möglichkeiten zu realisieren.

Letztlich musst du dir deswegen nur die Frage stellen: »Wie viel Geld ist mir die Erschaffung einer neuen Zukunft für mich und meine Mitmenschen wert?«

Buche dir noch heute ein kostenfreies Gespräch bei einem unserer Telefonberater und erfahre alles zu dieser tiefgreifenden Ausbildung mit Peter Beer.

www.meditations.academy

Kundenstimmen und Feedback zu deinem Mentor Peter Beer

Sibylle

Ich kann nicht gezielt sagen, was mir am besten geholfen oder gefallen hat, aber ich kann sagen, was sich geändert hat bei uns: Wir sind selbstständig, mein Mann, unsere Tochter und ich. Wir haben eine vegane Konditorei mit Café. Wir arbeiten 6 Tage die Woche mit 2 Wochen Urlaub im Jahr. Es ist anstrengend und der Montag ist der einzige freie Tag. Was passiert an diesem Tag? Dazu nehme ich mein Tagebuch in die Hand.

Früher waren da an jedem Montag Einträge zu finden: »schlimmster Tag meines Lebens«, oder: »wie immer ein scheiß Tag« usw. wir haben uns immer nur gestritten und genervt, statt aus dem einzigen, freien Tag etwas Schönes zu machen.

Jetzt sind die Einträge am Montag anders:

»Tolle Stimmung ohne Streit«

»gefaulenz und genossen«

»Spaziergang mit Hund genossen«

»Karaoke mit Tochter«

»ich bin dankbar, dass die Woche so gut gelaufen ist, habe mir happy painting bestellt«

»bin sehr dankbar, dass es Peter Beer gibt«

»ein wunderschönes Happy painting Bild gemalt, was mich wirklich so glücklich macht«

Das sind nur einige Einträge, seitdem ich Peter kenne. Ich danke euch von Herzen!!! Ich könnte Seiten füllen mit meiner Freude, trotz all der Umstände die momentan zu ertragen sind im Außen. Das Leben ist schön!!

Lisa

Liebe Leute, was für eine schöne Reise. Ich bin so unfassbar dankbar, dass ich diese Reise mache und finde es selbst für erfahrene Menschen unheimlich wertvoll, weil jeder »Lehrer« die Themen doch nochmal anders, eben auf seine Weise erklärt und das macht es dann doch wieder neu und spannend.

Ich kann jedem die Arbeit von Peter ans Herz legen. Wenn du bisher keine Berührung mit diesen Themen hattest und vielleicht Sorgen hast, ob das wirklich was für dich ist, dann ist dies genau das Richtige. Peter hat eine sehr neutrale und ehrliche Haltung und bleibt bei allem, was er erzählt auf dem Boden der Tatsachen, so dass es sich für dich nicht komisch, sondern sehr verständlich anfühlen wird.



In zahlreichen Workshops, Teachings und Online-Kursen hat Peter Beer bereits tausende von Menschen auf ihrem Weg begleitet, ihre Achtsamkeit geschult und die Kraft der Meditationspraxis gelehrt...

Ich habe mein inneres Kind noch mehr kennen gelernt. Die täglichen Meditationen und Anleitungen haben mir gerade jetzt, während meiner Tumorerkrankungen und Chemos, Kraft, Zuversicht, Achtsamkeit und vor allem mehr Ausgeglichenheit und innere Ruhe gegeben. Ich habe Spaß und Erfüllung in meinem Leben.



Achim



Ich habe die Meditationspraxis in mein tägliches Leben integriert. Ich finde, dass ich bewusster und gelassener geworden bin. Der Umgang mit schwierigen Emotionen ist etwas leichter. Die Eigenliebe und Eigenwertschätzung haben sich verbessert. Mir ist durch Peter klarer geworden, worauf es beim Meditieren ankommt.

Bettina



Ich bin sehr dankbar über diese Reise, ich bin seit dem freier, kann Dinge wie: Essen gehen in

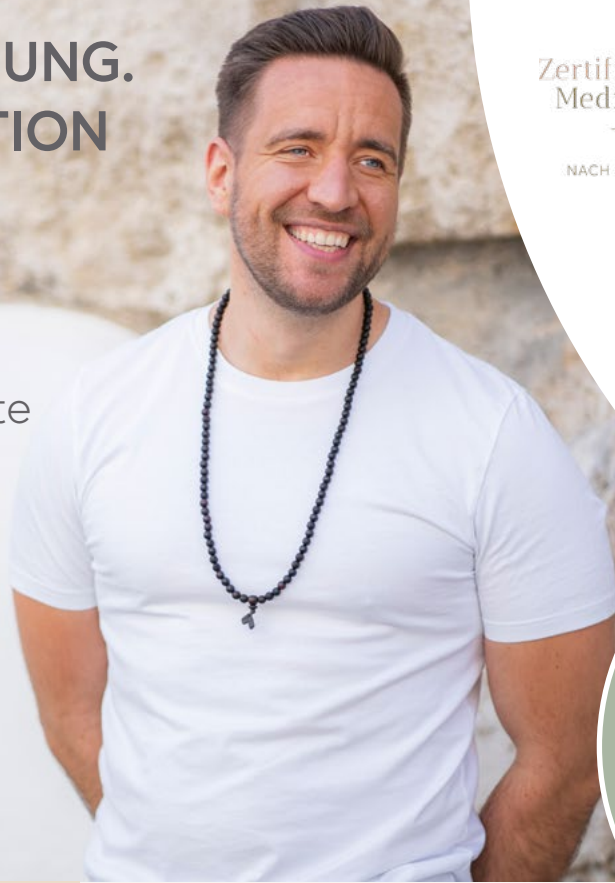
Rüdiger

der Öffentlichkeit und andere öffentliche Aktivitäten genießen und wieder daran teilnehmen.

Ich habe durch Peter so viel über mich und meinen körperlichen und psychischen Zustand erfahren, dass ich einfach so dankbar bin, über diese tolle Erfahrung. Ich fühle mich so gestärkt, was ich seit Jahren nicht mehr erlebt hatte. Ich freue mich auch sehr darüber, dass ich jederzeit wieder darauf zurückgreifen kann. Ich möchte mich bei dem ganzen Team bedanken und vor allem bei Peter. Es war, wie wenn wir beide uns gegenüber sitzen und er mir helfen möchte. Dieses Gefühl tat mir sehr gut und ich bin dadurch gewachsen. Ich kann nach vielen Jahren endlich sagen, dass es mir gut geht und ich nach vorn blicken kann! Vielen, vielen Dank für alles.

DEINE AUSBILDUNG. DEINE INVESTITION IN DEIN LEBEN.

Es ist Zeit,
zurück in deine Mitte
zu kommen und ein
völlig neues Leben
zu erschaffen!
Worauf wartest
du noch?



Zertifizierter
Meditations-
Lehrer
NACH PETER BEER



Hier kannst
du unser
Beraterteam vorab
kennenlernen:
[www.meditations.
academy/
beraterteam](http://www.meditations.academy/beraterteam)

**Lerne moderne
Psychologie mit
buddhistischen
Weisheitslehren
zu verbinden und
werde zertifizierter
Meditations-Lehrer
nach Peter Beer.**

Mach' dir selbst ein Geschenk
fürs Leben und erfahre, wie du
dir und anderen ein Leben voller
Heilung, Wachstum und Freude
ermöglichst.

Willst du herausfinden, ob
diese Online-Ausbildung mit
Peter Beer zu dir passt und
welche Finanzierungsmöglich-
keit für dich genau richtig ist?
Dann vereinbare noch heute
ein **unverbindliches und
kostenloses Erstgespräch**
mit unserem Beratungsteam.

So geht es konkret für dich weiter

Dein Beratungstermin

Vereinbare jetzt gleich einen Termin mit einem unserer Berater/
innen für deine kostenlose und unabhängige Situationsanalyse
unter www.meditations.academy

Dein Beratungsgespräch

Wir beantworten deine Fragen rund um die Ausbildung und ana-
lysieren mit dir gemeinsam deine Lebenssituation, um zu be-
stimmen, ob und wie die Online-Ausbildung zum Meditations-
Lehrer nach Peter Beer für dich geeignet ist.

Dein Ausbildungsstart

Wenn wir gemeinsam feststellen, dass diese Ausbildung für dich
geeignet ist und du motiviert bist beim nächsten Ausbildungs-
start dabei zu sein, erhältst du nach der Buchung direkt Zugriff
auf deine Ausbildungsplattform mit deinen Vorbereitungsinhalten.

Herausgeber: Younity GmbH · Hagnastrasse 27 · CH-4132 Muttenz · Schweiz
E-Mail: hello@younity.team · www.younity.com
Fotos: Archiv Peter Beer; Pexels; S. 5: ©2018 Badbadz/shutterstock.com

© 2024 by Younity