

MEDITATION UND WISSENSCHAFT 2012

Interdisziplinärer Kongress zur Meditations- und Bewusstseinsforschung

Meditation und Psychotherapie – sind das nicht zwei divergente Welten? Meiner Erfahrung nach können meditative Verfahren mich in meiner eigenen Mitte verankern und schaffen damit eine Stabilität durch Flexibilität. Ein scheinbarer Widerspruch, doch so entsteht Resilienz und damit die beste Prophylaxe. Diese Einsicht möchte ich anderen Menschen vermitteln.



Ich war in der Psychotherapie immer auf der Suche nach Methoden, die kognitive Inhalte vertiefen und „von der rationalen zur emotionalen Akzeptanz“ führen, nach neurobiologischen Vernetzbarkeiten, die pathologische Muster abbauen und salutogenetische Enzymkaskaden initiieren, bis hin zur „endogenen Ekstase“. Eigene Erfahrungen bedürfen fundierter wissenschaftlicher Beweise und mit dem Kongress bringen wir zwei Welten zusammen.

Dr. med. Edda Gottschaldt, Oberberg Stiftung

Meditation als wissenschaftliches Forschungsfeld und kulturelle Praxis ist in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Verschiedene Disziplinen wie Neurowissenschaften, Medizin, Psychologie, Philosophie und Religionswissenschaft vermitteln ein multiperspektivisches Bild von der Relevanz, die Meditation für das Leben im 21. Jahrhundert hat. Vor diesem Hintergrund stellt der Kongress Meditation & Wissenschaft 2012 die praktische Dimension von Meditation in den Vordergrund. Ziel ist es, anhand von Übersichtsvorträgen und Best Practices die konkreten Wirkungen, die Meditation in Bildungswesen, Arbeitswelt und für die Gesundheit entfaltet, und die Impulse, die sich daraus für eine Bewusstseinskultur ergeben, empirisch nachprüfbar zu vermitteln.

WISSENSCHAFTLICHES KURATORIUM

Prof. Dr. Dieter Vaitl Bender Institute of Neuroimaging, Universität Gießen (Vorsitzender)

Prof. Dr. Michael von Brück Ludwig-Maximilians-Universität München

Prof. Dr. med. Tobias Esch Hochschule Coburg

Prof. Dr. med. Götz Mundle Oberberg Stiftung, Berlin

Dr. Ulrich Ott Bender Institute of Neuroimaging, Universität Gießen

Prof. Dr. Stefan Schmidt University Medical Center Freiburg

Prof. Dr. phil. Harald Walach Europa Universität Viadrina

VERANSTALTUNGSORT

Der Kongress Meditation & Wissenschaft 2012 findet im Herzen von Berlin im Atrium der Deutschen Bank, Unter den Linden 13/15, Eingang Charlottenstraße, 10117 Berlin statt.

WEITERBILDUNGSPUNKTE ÄRZTEKAMMER

Für die Veranstaltung wurde bei der Ärztekammer Berlin eine Zertifizierung für die ärztliche Fortbildung beantragt. Weitere Informationen dazu finden Sie auf der Kongress-Webseite.

KONGRESSORGANISATION

Dr. Nadja Rosmann
content + creation + consulting
Hofheimerstraße 21A
65719 Hofheim

Telefon: +49 (0)6192 20 68 258

Mobil: +49 (0)1577 189 20 68

Fax: +49 (0)3222 998 66 91

E-Mail: Nadja.Rosmann@meditation-wissenschaft.org

Interdisziplinärer Kongress zur Meditations- und Bewusstseinsforschung

16.–17. November 2012 in Berlin

**Neue Bewusstseinskultur
in einer aus den
Fugen geratenen Welt**

Unser Newsletter hält Sie über aktuelle Entwicklungen und Nachrichten zum Kongress auf dem Laufenden. Einfach online abonnieren unter:

www.meditation-wissenschaft.org/newsletter.html

Eine Veranstaltung von

IDENTITY≡ FOUNDATION
Gemeinnützige Stiftung für Philosophie



ANMELDUNG

Auf Online-Anmeldungen (außer ermäßigt) in Kombination mit sofortiger Bezahlung (via sofortueberweisung.de) gewähren wir einen Rabatt in Höhe von 10,- Euro.

Weitere Informationen:

www.meditation-wissenschaft.org/anmeldung.html

Anmeldungen per Post oder Fax bitte an:
Meditation & Wissenschaft 2012, Kongressorganisation,
Dr. Nadja Rosmann, content + creation + consulting, Hofheimer-
straße 21A, 65719 Hofheim, Fax: +49 (0)3222 998 66 91

Hiermit melde ich mich verbindlich an für den Kongress
Meditation & Wissenschaft 2012 am 16./17. November 2012
in Berlin, Atrium der Deutschen Bank, Unter den Linden/
Charlottenstraße, 10117 Berlin.

Conference Fee

- Normalzahler: 375,- Euro inkl. MwSt.
(Rechnung mit 14-tägiger Zahlungsfrist)
- Frühbucherrabatt: 339,- Euro inkl. MwSt.
(Rechnung mit 14-tägiger Zahlungsfrist, Kontingent von 100 Plätzen, bis max. 31.5.2012)
- Ermäßigt: 170,- Euro inkl. MwSt.
(Rechnung mit 14-tägiger Zahlungsfrist, limitiertes Kontingent)

Der ermäßigte Tarif gilt für Schüler, Studenten, Rentner, Empfänger von Hartz IV bei entsprechendem Nachweis (bitte beifügen). In der Conference Fee sind Pausengetränke und -verpflegung sowie pro Konferenztag ein Imbiss enthalten.

Da der letzte Kongress ausgebucht war, empfehlen wir eine frühzeitige Anmeldung.

Firmenname (optional)

Titel, Vorname, Nachname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

E-Mail

Telefon

Fax

Datum, Unterschrift

Hinweise zur Bezahlung und Wirksamkeit der Anmeldung: Die Vergabe der Plätze erfolgt in der Reihenfolge des Zahlungseingangs. Bei schriftlicher Anmeldung erhalten Sie in der Regel innerhalb von 7 Tagen eine Eingangsbestätigung und eine Rechnung (zahlbar innerhalb von 14 Tagen). Sollte diese in diesem Zeitraum nicht bei Ihnen eintreffen, setzen Sie sich bitte mit der Kongressorganisation in Verbindung. Nach Eingang der Conference Fee auf unserem Konto erhalten Sie eine Bestätigung der erfolgten Zahlung. Bitte bringen Sie diese zum Check-in beim Kongress mit. Bei nicht fristgerechter Bezahlung behält sich der Veranstalter vor, Ihnen die durch notwendige Mahnungen entstandenen Kosten in Rechnung zu stellen.

Rücktrittsklausel: Bei Stornierung der Anmeldung bis 31. August 2012 wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 30,- Euro zzgl. MwSt. berechnet. Danach beträgt die Stornogebühr 50% der Teilnahmegebühren. Bei Stornierung ab 1. November 2012 wird die volle Teilnahmegebühr in Rechnung gestellt. Die Stornierung ist nur schriftlich möglich (per Post oder E-Mail) und bedarf der Bestätigung durch den Veranstalter. Eine Ersatzperson kann genannt werden.

Datum, Unterschrift

VERANSTALTER

Identity Foundation

Die Identity Foundation ist eine gemeinnützige Stiftung für Philosophie, deren Schwerpunkt auf Forschungen zum Selbstverständnis von Personen, Gruppen und Institutionen liegt. Sie konzentriert sich auf Einzelprojekte in sozialen, gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Kontexten. Die Stiftung wurde 1998 vom Gründer der Kommunikationsagentur Kohtes Klewes (heute Ketchum Pleon) Paul J. Kohtes und seiner Frau Margret ins Leben gerufen. www.identity-foundation.de

Oberberg Stiftung

Die Oberberg Stiftung Matthias Gottschaldt – ehemals Deutsche Suchtstiftung Matthias Gottschaldt – ist benannt nach dem Gründer der Oberbergkliniken, Prof. Dr. Matthias Gottschaldt. Sie wurde 1998 von seiner Frau Dr. Edda Gottschaldt ins Leben gerufen. Ihre Vision ist die Förderung einer Integralen Heilkunst. Die Stiftung schlägt eine Brücke von der Pathogenese zur Salutogenese, von der Selbsttranszendenz zu Wachstum und Verbundenheit. www.oberberg-stiftung.de

In Kooperation mit:

Lassalle-Institut

Das Lassalle-Institut richtet sich an Führungskräfte in Wirtschaft, Politik und anderen Bereichen der Gesellschaft mit dem Schwerpunkt einer Ethik aus ganzheitlichem Bewusstsein. Es baut Brücken zwischen östlichem und westlichem Denken und gehört in Europa zu den bedeutendsten Institutionen in den Bereichen Zen, Ethik und Leadership. www.lassalle-institut.de

West-Östliche Weisheit – Willigis Jäger Stiftung

Auf Basis der spirituellen Impulse von Willigis Jäger hat sich eine große international tätige Weggemeinschaft entwickelt. Die Stiftung verleiht dem Wirken von Willigis Jäger eine übergreifende kommunikative Form und setzt damit in der Öffentlichkeit ein Zeichen für den spirituellen Wandel, der sich in der Gesellschaft vollzieht. www.west-oestliche-weisheit.de

Udo Keller Stiftung – Forum Humanum

In einer Zeit des zunehmenden Zugriffs von Technik und Ökonomie auf das Humanum möchte die Stiftung an die Bedeutung des geistigen und religiösen Erbes der menschlichen Weltkulturen erinnern. Die weitere Entwicklung des Menschen wird entscheidend davon abhängen, ob und wie es gelingt, die reichhaltigen Potentiale dieser Traditionen für die Zukunft fruchtbar zu machen. www.forum-humanum.org

REFERENTEN UND MITWIRKENDE



Fred von Allmen
Meditationslehrer, Buddhistisches Meditationszentrum Beatenberg, Schweiz



Dr. phil. Nils Altner
Universität Duisburg-Essen, Harvard Medical School



Prof. Dr. phil. Eugen H. Buß, em.
Institut für Rechts- und Sozialwissenschaften der Universität Hohenheim



Richard J. Davidson, PhD
William James and Vilas Professor of Psychology and Psychiatry, University of Wisconsin-Madison, USA



Dr. Reto Diezi
Chief Executive Officer, Baloise Asset Management, Basel, Schweiz



Prof. Dr. med. Gustav J. Dobos
Lehrstuhl für Naturheilkunde, Universität Duisburg-Essen



Prof. Dr. med. Tobias Esch
Fachleitung „Gesunde Hochschule“, Hochschule Coburg



Joachim Faulstich
Fernsehsjournalist (ARD) und Buchautor, Frankfurt am Main



Prof. Dr. Hans Förstl
Direktor der Klinik und Poliklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Technische Universität München



Ernst Fritz-Schubert
Oberstudiendirektor, Begründer des Unterrichtsfaches Glück und des Fritz-Schubert-Instituts zur Entwicklung von Methoden zur Persönlichkeitsstärkung



Dr. Anna Gamma
Geschäftsleiterin, Lassalle-Institut, Edlibach, Schweiz



Prof. Dr. Gerald Hüther
Präsident der Sinn-Stiftung und Leiter der Zentralstelle für Neurobiologische Präventionsforschung der Univ. Göttingen und Mannheim/Heidelberg



Horst Inden
Personal- und Ausbilderleiter, Maria Clementine Martin Klosterfrau Vertriebsgesellschaft mbH, Köln



Vera Kaltwasser
Oberstudienrätin, Theaterpädagogin, in der Lehrerfortbildung tätig, zusätzliche Ausbildungen in Psychodrama, Qigong, MBSR (USA)



Prof. Dipl.-Ing. Martin Meusburger
Fachhochschule Vorarlberg, Dornbirn, Österreich, Mitbegründer des Spin-off Pionierbasis



Prof. Dr. med. Götz Mundle
Ärztlicher Geschäftsführer Oberbergkliniken und Chefarzt der Oberbergklinik Berlin/Brandenburg



Dr. Ulrich Ott
Arbeitsgruppe „Veränderte Bewusstseinszustände – Meditationsforschung“, Bender Institute of Neuroimaging, Universität Gießen



Dr. Alexander Poraj
Zen-Meister, Mitglied der spirituellen Leitung des Benediktushofes, Vorstand West-Östliche Weisheit Willigis Jäger Stiftung, Holzkirchen



Prof. Dr. Stefan Schmidt
Institut für Transkulturelle Gesundheitswissenschaften, Europa Universität Viadrina, Frankfurt (Oder), Forschungsgruppe Meditation, Achtsamkeit und Neurophysiologie, Universitätsklinikum Freiburg



Gert Scobel
Moderator und Redaktionsleiter bei 3sat, Mainz



Dr. Michael Utsch
Evangelische Zentralstelle für Weltanschauungsfragen, Berlin



Prof. Dr. Dieter Vait
Director Bender Institute of Neuroimaging, Universität Gießen

PROGRAMM

Freitag, 16. November 2012

Themenschwerpunkt: Bildungswesen

Moderation des Tages: Dr. Alexander Poraj

14.00 Uhr: Begrüßung durch die Veranstalter

Dr. med. Edda Gottschaldt (Oberberg Stiftung)

Dr. Ulrich Freiesleben (Identity Foundation)

14.10 Uhr: Begrüßung durch den Vorsitzenden des Wissenschaftlichen Kuratoriums

Prof. Dr. Dieter Vaitl

14.20 Uhr: Vortrag

In der Ruhe liegt die Kraft

Neurobiologische Validierung einer Volksweisheit

Prof. Dr. Gerald Hüther

Der wahre Grund für die krankmachende Hektik unserer gegenwärtigen Kultur ist nicht der ständig beklagte Zeitmangel, sondern unsere Unfähigkeit herauszufinden, was für uns wirklich wichtig ist. Aus neurobiologischer Perspektive wird der Frage nachgegangen, weshalb es für die Entfaltung der in unserem Gehirn angelegten Potenziale notwendig ist, zu erkennen und uns bewusst zu machen, was tatsächlich für die Gestaltung des eigenen Lebens bedeutsam ist, und das eigene Handeln an dieser Erkenntnis auszurichten.

15.00 Uhr: Vortrag

Potentiale von Achtsamkeit in der Pädagogik

Schüler als „Forscher in eigener Sache“

Vera Kaltwasser

Wie können die Erkenntnisse über die positive Wirkung von Achtsamkeitsübungen hinsichtlich der Aufmerksamkeitssteuerung, Impulskontrolle und emotionalen Selbstregulation im Schulalltag praktisch umgesetzt werden? Das Konzept „Achtsamkeit in der Schule“ (AISCHU®) eröffnet für Schüler mit Achtsamkeitsphasen im Unterricht einen Erfahrungs- und Erkenntnisraum. Es wird derzeit durch eine wissenschaftliche Studie evaluiert.

15.30 Uhr: Kaffeepause

16.00 Uhr: Praxisblock mit Projektvorstellungen aus dem Bildungswesen

Stress bei Studierenden und Ansätze zur Bewältigung

Vorstellung einer Studie zur Implementierung eines 8-wöchigen Stressmanagement-Curriculums im Lehrplan

Prof. Dr. med. Tobias Esch

Stress macht auch vor den Toren der Hochschulen nicht halt: Bologna-Reform und Prüfungsmarathons stellen neben den besonderen Lebensumständen typische Stressoren unter Studierenden dar. In Coburg haben wir umfassende Daten zur Ausgangssituation gewonnen und einen Stressmanagement-Kurs auf Basis der Mind-Body-Medizin (MBMSR) etabliert. Die Wirksamkeit dieser Maßnahme wurde in einem randomisiert-kontrollierten Setting mit externem Monitoring evaluiert.

Glück kann man lernen

Der Weg zu einem erfüllten und sinnvollen Leben

Ernst Fritz-Schubert

Glück fällt weder auf Kommando vom Himmel, noch entstehen willentlich Glücksgefühle. Wenn wir uns auf die Suche nach dem Glück machen, dann suchen wir wie unsere Vorfahren nach den guten Gründen zum Glücklichein, und wenn es uns gelingt, dann dürfen wir als Belohnung der Natur glücklich sein. Wir müssen deshalb lernen, die guten Gründe von den scheinbar guten Gründen zu unterscheiden.

Schule tut gut – Achtsamkeit für Pädagogen

Beispiele aus der pädagogischen Aus- und Weiterbildung

Dr. phil. Nils Altner

Wenn Lehrerinnen und Lehrer Achtsamkeitsmeditation praktizieren, hat das Auswirkungen auf ihre Gesundheit und Selbstfürsorge sowie auf den Unterricht und ihr Verhältnis zu den Kindern. Der Vortrag skizziert empirische Daten dazu und bringt Praxisbeispiele für achtsamkeitsbasierte Inhalte der pädagogischen Aus- und Weiterbildung.

17.00 Uhr: Q&A – Fragen an die Referenten des Tages

17.45 Uhr: Imbiss

18.30 Uhr: Festvortrag

Change your brain by transforming your mind

Neuroscientific studies of meditation

Richard J. Davidson, PhD

Meditation produces changes in brain function that promote well-being, foster certain forms of positive affect and virtuous dispositions and impact on physical health and illness. Through research with both long-term practitioners and novices studied longitudinally, this talk will illustrate some of key findings and challenges in the nascent field of contemplative neuroscience.

19.30 Uhr: Ausklang des Kongresstages

Samstag, 17. November 2012

Themenschwerpunkt: Arbeitswelt

Moderation des Tages: Dr. Anna Gamma

9.00 Uhr: Meditation

Einführung in die Meditation und Praxis des Erwachens

Befreiende Erkenntnis und engagiertes Mitgefühl

Fred von Allmen

Meditation wird heute zunehmend als hilfreich anerkannt und auch praktiziert. Dies wirkt sich erfreulicherweise für viele Menschen körperlich und psychisch positiv aus. Dabei wird zuweilen vergessen, dass es in den Traditionen, aus denen die Meditationsmethoden stammen, noch um andere Aspekte als jene der Gesundheit und des Wohlbefindens geht. Hier soll in einer praxisorientierten Weise aufgezeigt werden, welches die Ausrichtungen und Ziele eines authentischen spirituellen Weges sein könnten.

10.00 Uhr: Begrüßung der Teilnehmer

10.10 Uhr: Vortrag

Die Spiritualität der deutschen Top-Manager

Empirische Befunde einer repräsentativen Studie

Prof. Dr. phil. Eugen H. Buß, em.

Spirituelle Fragen sind für mindestens zwei Drittel der deutschen Top-Manager ein Thema. Karriereerfolg und religiöse Bezüge hängen stärker als erwartet immer noch zusammen. „Ich weiß, dass etliche Kollegen auf der spirituellen Seite stehen. Sie sind aktiver, und sie schöpfen in ihrem täglichen Handeln daraus auch Energie“, so der Vorstand eines DAX-30-Konzerns.

10.40 Uhr: Kaffeepause

11.10 Uhr: Praxisblock mit Projektvorstellungen und Beispielen aus der Arbeitswelt

Meditieren Sie – aber bitte so effektiv wie möglich ...

Passt die Achtsamkeit in die Arbeitswelt?

Prof. Dr. Stefan Schmidt

Die Achtsamkeitsmeditation hat sich bei der Stressbewältigung und in der Medizin als sehr erfolgreich erwiesen und sich damit auch für die Anwendung in beruflichen Kontexten empfohlen. Neben der Stressreduktion zeigen sich zahlreiche weitere Anwendungsfelder, beispielsweise indem der Ansatz als metakognitive Technik zur Fehlerreduktion eingesetzt wird. Doch wie passt diese Funktionalisierung zur spirituellen Herkunft des ursprünglichen Konzeptes von Achtsamkeitsmeditation? Wie verhält es sich mit dem Widerspruch von Zielorientierung und Absichtslosigkeit?

Achtsamkeitsmeditation im Unternehmen – Ein Praxisbericht zur Integration des Trainings in den betrieblichen Alltag

Kultivierung von regelmäßigem gemeinsamen Üben, Erfahrungsaustausch und Lerntransfer

Horst Inden

Wie gelingt es durch unterschiedliche Maßnahmen – vom Workshop bis zum Acht-Wochen-Programm – und anschließendes Üben, eine Achtsamkeitspraxis im persönlichen Alltag zu verankern? Wie legen wir den Fokus auf informelle Praxis im Tagesablauf? Wie kann sich praktizierte Achtsamkeit zu einem bedeutenden Wert der Unternehmenskultur entwickeln?

Achtsamkeit und Führung

Perspektiven von Meditation im Führungsalltag

Dr. Reto Diezi

Die heutigen Erwartungen an Führungskräfte und die täglichen Herausforderungen, mit denen Manager konfrontiert werden, sind immens. Eine regelmäßige Praxis der Achtsamkeit hat einen förderlichen Einfluss auf die geistige Fitness, die persönliche Effizienz und die Gesundheit und begünstigt zugleich die Entwicklung essenzieller Führungsqualitäten. Der Vortrag stellt Bezüge her zwischen Konzepten der Achtsamkeit und dem Führungsverständnis westlicher Prägung und zeigt Möglichkeiten und Schwierigkeiten auf bei der Integration von Meditationsübungen im Führungsalltag.

Gesundheit am Arbeitsplatz

Bedeutung von Meditation bei der Wiederherstellung der Regulationsfähigkeit

Prof. Dr. med. Gustav J. Dobos

Für die wachsenden Belastungen am Arbeitsplatz und die endemische Entgrenzung zwischen Arbeit und Muße zahlen wir einen hohen Preis. Burn-out, Depressivität und Suchterkrankungen sind immer häufiger die Folge. Auch physische Beschwerden wie Schmerzen oder Herz-Kreislauf-Beschwerden weisen in steigendem Maß eine Stresskomponente auf. Meditation kann als ein Bestandteil der integrativmedizinischen Versorgung zur nachhaltigen Wiederherstellung der Regulationsfähigkeit und damit der Selbstheilungskräfte beitragen.

12.30 Uhr: Q&A – Fragen an die Referenten des Tages

13.15 Uhr: Mittagspause

14.15 Uhr: Praxisblock mit Vorträgen zu Chancen und Nebenwirkungen von Meditation

Chancen und Nebenwirkungen von Meditation – Einführung

Mit welchen Risiken ist Meditation verbunden und wie können diese minimiert werden?

Dr. Ulrich Ott

Der Einführungsvortrag gibt einen Überblick über unerwünschte Nebenwirkungen von Meditation, die von Unruhe bis zu psychotischen Episoden reichen. Es wird auf Risikofaktoren eingegangen und auf Anforderungen, die sich für eine verantwortungsvolle Vermittlung von Meditation ergeben: Welche Teilnehmer sind gefährdet? Welche diagnostischen und therapeutischen Kompetenzen benötigen Meditationslehrer?

Zwischen Krankheit und Heilung

Nebenwirkungen der Meditation in der Psychiatrie

Prof. Dr. Hans Förstl

Die Faszination esoterischer Praktiken ist für den modernen Menschen noch nicht vollständig erloschen und dies gilt auch für Patienten mit ernsthaften Krankheiten. Limitierte Experimentalpsychosen mögen für aufgeregte und erschöpfte Menschen mit Befindlichkeitsstörungen ergötzlich sein, gefährden jedoch die Heilung von schwerwiegenden Erkrankungen, bei denen es therapeutisch vorrangig darum geht, wieder einen tragfähigen Kontakt mit der Lebenswirklichkeit herzustellen und nicht davor zu fliehen.

Qualitätskriterien im Umgang mit Meditation

Erfahrungen und Einschätzungen aus kirchlicher Sicht

Dr. Michael Utsch

Die Wahrnehmung der (unverfügbaren) Gegenwart Gottes erfordert Übung. Die christliche Tradition hat hierzu einen reichhaltigen Schatz verschiedener Wege entwickelt, die heute wiederentdeckt werden. Allerdings wird aus theologischer Sicht Kritik laut, wenn spirituelle Lehrer Abhängigkeiten erzeugen und diese ausnutzen. Risiken und Nebenwirkungen der Meditation werden an Beispielen beschrieben. Das Ziel, transparente Qualitätskriterien festzulegen, ist gemeinschaftlicher Anstrengung wert.

Alltag spiritueller Praxis

Kritisches zur Lehrer-Schüler-Beziehung

Dr. Alexander Poraj

Spirituelle Übungen unterschiedlicher Traditionen verlaufen oft innerhalb einer langjährigen Begleitung durch eine Lehrerin/ einen Lehrer. Diese Art der Praxis beinhaltet eine Reihe von Vorteilen, aber auch Risiken, die bislang kaum konstruktiv angesprochen, geschweige denn angegangen worden sind. Ein zeitgenössischer Umgang mit Spiritualität setzt eine adäquate Auseinandersetzung mit dieser Art der Vermittlung voraus, um Missverständnissen und vor allem Missständen vorzubeugen.

15.35 Uhr Pause

15.50 Uhr Podiumsdiskussion

Neue Bewusstseinskultur in einer aus den Fugen geratenen Welt

Moderation: Gert Scobel

- > Welchen Beitrag Meditation zu einem ganzheitlichen Selbst- und Weltverständnis leisten kann
- > Pragmatische Vermittlungskonzepte für Meditation in Berufswelt und Alltag
- > Perspektiven für eine Neubewertung von Gesundheit und Wohlbefinden
- > Kritische Aspekte bei der Vermittlung von Meditation und der alltäglichen Praxis

Teilnehmer der Podiumsdiskussion:

Joachim Faulstich

Prof. Dr. med. Götz Mundle

Dr. Anna Gamma

Dr. Michael Utsch

Prof. Dipl.-Ing. Martin Meusburger

17.15 Uhr Meditation

Fred von Allmen

17.20 Uhr Geleitworte

Prof. Dr. Dieter Vaitl

17.30 Uhr Kongressausklang

Weitere Details zum Programm finden Sie online unter:
www.meditation-wissenschaft.org/programm.html