



Meditation in der Anthroposophischen Medizin

Es reichen schon fünf Minuten täglich: Geistige Übung - ob aus Buddhistischer oder anderer Tradition - gilt als Kraftquelle und Anker und wird gerade von vielen Seiten - auch der „offiziellen“ Hirnforschung - wiederentdeckt und in ihrem Potential erkannt. Rudolf Steiner hat bei vielen Anlässen und oft auch für Einzelpersonen Meditationen gegeben, manche in direktem Zusammenhang mit Genesung oder zum Meistern bestimmter Lebenssituationen, manche für Berufsgruppen.

Aber was meint Meditieren und wie mach ich das genau? Und: Wie komme ich zu einer inneren Anschauung, die dem Menschen in seiner Ganzheit gerecht wird, Prozesse im leiblichen greifbar macht und so anthroposophisch erweiterte Medizin, Menschenkunde und den „heilpädagogischen Augenblick“ ganz logisch nachvollziehbar macht?

Michaela Glöckler, langjährige Leiterin der medizinischen Sektion am Goetheanum, hat als Herausgeberin und Autorin des ersten Kapitels mit diesem 270 Seiten starken Buch ein Grundlagenwerk geschaffen. Sie nimmt den Leser an die Hand, führt ihn auf sensible und freilassende Art in die Meditation ein und bietet zusammen mit den Coautoren in vielen konkreten Details Hilfen: Lebens- und Genesungshilfen, Anregungen im sozialen und Miteinander. Zugleich vermittelt sie ganz viel Wissen über Anthroposophie und Zusammenhänge. Mehr als 70 Meditationen sind mit Wortlaut und ihrem Zusammenhang abgedruckt. Dieses Buch ist eines, das ich bestimmt oft und oft wieder hernehmen werde, empfehlenswert weit über den medizinisch/therapeutischen Bereich hinaus! **BaCh**

Salumed-Verlag, € 49,40

BUCHHANDLUNG
FÜR ANTHROPOSOPHIE

**Buchhandlung
für Anthroposophie**

Burggasse 40/2, 1070 Wien
Tel.: +43 1 523 83 97
gl@glaesernesdacht.at

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
10:00 – 18:00 Uhr
jeder erste Samstag im Monat
10:00 – 17:00 Uhr

www.glaesernesdacht.at



Biografie Helmut von Loebell – Der Stehaufmann

Es ist ein Buch gegen Vorurteile, vor allem das Vorurteil: Das kann nicht gelingen.

Aber auch gegen Vorurteile wie „wer aus einem adeligen Haus kommt hat es eh viel leichter“. Oder: „Wer viel Geld verdient ist unsozial.“ Oder auch „Alternatives Wirtschaften ist für große Unternehmer uninteressant.“

Helmut von Loebell, geboren 1937 in Berlin, wandert 1956 nach Kolumbien aus. Er wird zu einem global agierenden Industriekaufmann, aber auch zu einem der „großen Player“ und Gründer in Sachen sozialer Innovation und Zukunftsdenken. Eine dieser Gründungen ist CSA-Waldorf Bogota (siehe Wegweiser Herbst 2012).

Das Buch ist zugleich spannend zu lesende Zeitgeschichte und die Biographie eines Menschen, der sein Leben lang für und mit anderen, aber vor allem auch an sich gearbeitet hat. Im Kapitel „Religion und Anthroposophie - für mich kein Widerspruch“ schreibt er u.a.: „Eine andere Frage, die ich mir stelle, ist: Was oder wer in mir ist bei Kränkungen von außen eigentlich gekränkt? Das kann ja nur mein niederes Ego sein, denn mein höheres Ich kann ja nicht gekränkt werden, sondern muss lernen, damit umzugehen.“ Anthroposophie sieht er als Erkenntnisweg und betont, dass er durch Taten im sozialen Zusammenhang dazu gekommen ist. Mit Vorwörtern von Peter Michael Lings und David Steindl-Rast, OSB. **BaCh**

Edition Kustschrift € 20,50