



MEDITATION & WISSENSCHAFT 2010

Interdisziplinärer Kongress
zur Meditations- und
Bewusstseinsforschung

Neue Perspektiven für unser Wissen von uns selbst

26.–27. November 2010 in Berlin

P R E S S E M I T T E I L U N G

Erster interdisziplinärer Kongress zur
Meditations- und Bewusstseinsforschung
vom 26. bis 27. November 2010 in Berlin

Wie Meditation wirkt und welche Rolle sie für eine neue Bewusstseinskultur des 21. Jahrhunderts spielt

DÜSSELDORF/BERLIN, 23. November 2009. Meditation ist zum Sammelbegriff sehr unterschiedlicher Methoden für größere Bewusstheit und für spirituelle Weisheit geworden. In den letzten Jahren sind die Effekte von Meditation in zahlreichen Untersuchungen und Forschungsprojekten wissenschaftlich erkundet worden. Insbesondere die Neurowissenschaften haben sich mit den Auswirkungen auf Gehirn und Verhalten befasst. Vor diesem Hintergrund haben sich namhafte Forscher zusammengeschlossen, um 2010 in Deutschland den ersten Kongress **Meditation & Wissenschaft** zu veranstalten und damit erstmals hierzulande einen Überblick über wichtige internationale Forschungsarbeiten zu geben. Stattfinden wird die Veranstaltung vom **26. bis 27. November 2010 im Atrium der Deutschen Bank in Berlin-Mitte**. Die Veranstalter haben es sich zum Ziel gesetzt, einen interdisziplinären Überblick über den aktuellen Forschungsstand zu geben und damit eine integrale Perspektive auf das Thema Meditation zu entwickeln.

Unter dem Vorsitz von Prof. Dr. Dieter Vaitl, Direktor des Bender Institute of Neuroimaging an der Universität Gießen, werden Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus **Neurowissenschaften, Psychologie, Medizin, Religionswissenschaft und Philosophie** darstellen, welche Wirkungsweisen von Meditation bereits fundiert festgestellt werden konnten. In dieser ersten wissenschaftlichen Bestandsaufnahme werden vor allem Studien und Untersuchungen über die psychobiologischen Grundlagen, die klinischen Anwendungsfelder und die spirituellen Aspekte von Meditationsverfahren vorgestellt. Die abschließende Podiumsdiskussion erörtert den möglichen Stellenwert einer aufgeklärten Anwendung von Meditation für die Kultivierung des Bewusstseins in der Gesellschaft und im Alltag des Einzelnen. Dabei geht es vor allem darum, wie moderne Methoden der Innenschau einen Beitrag leisten können, die komplexen Lebensbedingungen des 21. Jahrhunderts besser zu meistern.

Veranstalter des Kongresses sind die gemeinnützige Wissenschaftsstiftung Identity Foundation, Düsseldorf, und die Oberberg Stiftung, Berlin, in Kooperation mit der West-Östliche Weisheit – Willigis Jäger Stiftung, Holzkirchen bei Würzburg.

Das vorläufige Programm:

FREITAG, 26. NOVEMBER 2010

Vom Numinosen zur Faktizität – Die Wissenschaft und ihr Untersuchungsgegenstand Meditation und Bewusstsein

Warum Meditation und ihre Wirkungen für die Wissenschaft interessant sind und wie sich verschiedene Disziplinen dem Untersuchungsgegenstand nähern
Prof. Dr. Dieter Vaitl, Bender Institute of Neuroimaging, Universität Gießen

New Science of Meditation

Brain Mechanisms and Emotions – The Effects of Meditation on Human Resilience
Prof. Dr. Richard J. Davidson, Director Laboratory for Affective Neuroscience, University of Wisconsin-Madison (angefragt)

Meditation verändert Hirnstrukturen

Was durch Meditation trainiert wird und was im Hirn dabei geschieht
Dr. Ulrich Ott, Bender Institute of Neuroimaging, Universität Gießen

Neurobiologische Aspekte der Meditationspraxis

Wie Meditation über zelluläre Mechanismen auf Gesundheit, Motivation und Stressresistenz wirkt
Prof. Dr. med. Tobias Esch, Studiengang der Integrativen Gesundheitsförderung, Hochschule Coburg, Neuroscience Research Institute, State University of New York

Empathie und Mitgefühl – Einsichten aus den Sozialen Neurowissenschaften

Wie man Einfühlung trainieren und mit bildgebenden Verfahren messen kann
Prof. Dr. Tania Singer, Laboratory for Social and Neural Systems Research, University of Zurich

SAMSTAG, 27. NOVEMBER 2010

Gemeinsame Meditation

mit Willigis Jäger, West-Östliche Weisheit – Willigis Jäger Stiftung

Bewusstsein – Ich – Selbst: Wer oder was meditiert?

Zur Grundsatzklärung von spirituellen Erfahrungen
Prof. Dr. Michael von Brück, Ludwig-Maximilians-Universität München, Interfakultärer Studiengang Religionswissenschaft

Meditation als Teil einer integralen Heilkunst

Evidenz von achtsamkeitsbasierten Verfahren in der Psychotherapie
Prof. Dr. med. Götz Mundle, Ärztlicher Geschäftsführer Oberbergkliniken und Chefarzt der Oberbergklinik Schwarzwald

Hilft es denn, „einfach mal nichts zu tun“?

Forschungsergebnisse zur Auswirkung von Achtsamkeitsmeditation auf chronische Schmerzen
Prof. Dr. Stefan Schmidt, Leiter der Akademischen Sektion Komplementärmedizinische Evaluationsforschung, Universitätsklinikum Freiburg

Wie Achtsamkeit und Meditation unsere Arbeitskultur verändern können

Praxisbeispiele aus der universitären Lehre und Unternehmen zeigen uns neue Perspektiven
Prof. Dr. Harald Walach, University of Northampton, Research Professor in Psychology

Spiritualität und intellektuelle Redlichkeit

Wahrhaftigkeit, wissenschaftliche Rationalität und das philosophische Projekt der Selbsterkenntnis
Prof. Dr. Thomas Metzinger, Philosophisches Seminar der Johannes-Gutenberg-Universität Mainz

Panel-Diskussion: Meditation und Bewusstseinskultur

Neue Perspektiven für die persönliche und gesellschaftliche Entwicklung
Moderation: Gert Scobel

Wissenschaftlicher Beirat des Kongresses:

Prof. Dr. Dieter Vaitl, Bender Institute of Neuroimaging, Gießen (Vorsitzender)
Prof. Dr. Michael von Brück, Ludwig-Maximilians-Universität München
Prof. Dr. Tobias Esch, Hochschule Coburg, Neuroscience Research Institute an der State University of New York
Prof. Dr. Thomas Metzinger, Universität Mainz
Prof. Dr. Götz Mundle, Oberbergstiftung, Berlin
Dr. Ulrich Ott, Bender Institute of Neuroimaging, Gießen
Prof. Dr. Stefan Schmidt, Universitätsklinikum Freiburg
Prof. Dr. Harald Walach, University of Northampton

Veranstalter:

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

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

In Kooperation mit:

Auf Basis der spirituellen Impulse von Willigis Jäger hat sich im Laufe der letzten Jahrzehnte eine große international tätige Weggemeinschaft entwickelt. Die **West-östliche Weisheit – Willigis Jäger Stiftung** verleiht dem Wirken von Willigis Jäger eine übergreifende kommunikative Form und setzt damit auch in der breiteren Öffentlichkeit ein Zeichen für den spirituellen Wandel, der sich in der Gesellschaft der heutigen Welt vollzieht. www.west-oestliche-weisheit.de

Das regelmäßig aktualisierte Programm sowie weitere Hinweise zur Veranstaltung und zur Anmeldung finden Sie unter:
www.meditation-wissenschaft.org

Pressekontakt

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

Telefon: ++49 (0) 6192 2068 258
Fax: ++49 (0) 32 22 37 16 312
E-Mail: Nadja.Rosmann@meditation-wissenschaft.org
Internet: www.meditation-wissenschaft.org