



## MEDITATION & WISSENSCHAFT 2014

Interdisziplinärer Kongress  
zur Meditations- und  
Bewusstseinsforschung

Eine Veranstaltung von

IDENTITY≡ FOUNDATION

Gemeinnützige Stiftung für Philosophie



## Auf der Suche nach der verlorenen Zeit 24.–25. Oktober 2014 in Berlin

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

#### **Mut zur Eigenzeit: Meditation als Weg zu psychischer und gesundheitlicher Balance?**

Der Kongress *Meditation & Wissenschaft 2014* stellt aktuelle Studien und Best Practices zur Wirkung von Meditation in Medizin, Therapie und Alltagswelt vor

- **Aus dem Elfenbeinturm auf den Marktplatz – Meditation und Glück**
- **Neue Studien zu Achtsamkeit in der Arbeitswelt**
- **Meditation in Bewegung inkl. Yoga und Qigong**
- **Erstmalig: Workshops und Networking-Event**

**DÜSSELDORF/BERLIN, 4. Februar 2014.** Die Zahlen sind alarmierend: Die Hälfte aller Deutschen beklagt, dass ihr Leben in den letzten drei Jahren deutlich stressiger geworden sei, unter den 36- bis 45-Jährigen fühlen sich laut Techniker Krankenkasse sogar 80 Prozent regelmäßig unter Druck. Diese Rastlosigkeit hat nicht nur einen gesundheitlichen Preis. So stellte das Finnish Institute of Occupational Health in einer Studie fest, dass ständige Überstunden sogar dumm machen, denn die messbare Intelligenz bei Vielarbeitern nehme ab – verbunden mit einer höheren Anfälligkeit für Kreislauf- und Herzleiden.

Der **Kongress Meditation & Wissenschaft 2014**, der vom **24. bis 25. Oktober 2014 in Berlin** stattfindet, geht der Frage nach, wie sich in Zeiten permanenter Beschleunigung durch Meditation und Achtsamkeit der Eigenzeit von Körper und Geist Rechnung tragen und damit eine gesundheitliche und seelische Balance wahren lässt.

Veranstaltet wird der Kongress von der Identity Foundation, Düsseldorf und der Oberberg Stiftung, Berlin.

## **Anerkannte Methoden der Meditation aus Medizin, Therapie und Alltagspraxis: Empirische Grundlagenstudien und Best Practices**

Zeit ist einer der wesentlichen Faktoren menschlicher Selbstverortung. Die wissenschaftliche Forschung zur Wirkung von Meditation zeigt, dass Achtsamkeitspraktiken eine Kohärenz zwischen mentalen Prozessen, subjektivem Zeitempfinden und objektiven Zeitstrukturen herstellen können. Beim Kongress Meditation & Wissenschaft 2014 werden renommierte Wissenschaftler und Experten aus Neurowissenschaft, Medizin, Psychologie, Philosophie und Religionswissenschaft mit Beispielen aus Forschung, Therapie und Alltagspraxis illustrieren, wie der Spagat zwischen inneren Bedürfnissen, persönlichem Glück und äußeren Gegebenheiten in dieser Zeit gelingen kann.

Übersichtsvorträge, Metastudien und Fallbeispiele führen empirisch nachprüfbar in die Wirkungszusammenhänge von Meditation unter den Vorzeichen von Resilienz, Entschleunigung und Muse, psychosozialer Entwicklung, gesundheitlicher Prävention und Salutogenese ein. Ein Schwerpunktthema bilden **Meditationsformen in Bewegung wie Yoga und Qigong** zur Integration von Körperrhythmen und seelischer Entfaltung im Kontext der medizinischen und therapeutischen Praxis.

Verschiedene Studien illustrieren die **Wirkung von Achtsamkeitsmethoden im Kontext von Unternehmen**, bei gesunden Praktizierenden als Weg zu innerer Balance sowie als Möglichkeit, im Alltag ein stabiles Glücksempfinden zu kultivieren.

Eine **Networking-Session** mit verschiedenen Fachforen bietet Gelegenheit zum Austausch mit den Kongressreferenten und zur Vertiefung ausgewählter neurowissenschaftlicher, spiritueller und gesellschaftlicher Fragestellungen. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, einige der vorgestellten Methodiken in **Praxis-Workshops** zu erkunden.

Der Vorsitzende des Wissenschaftlichen Beirats des Kongresses Prof. Dr. Michael von Brück: „Zeit vollzieht sich in Rhythmen. Diese Rhythmen sind Voraussetzung für die Stabilität und Balance von Körper und Geist. Sie beeinflussen pädagogische, medizinische und spirituelle Prozesse. Der Kongress wird auf Grund von Studien und durch meditative Übungen erfahrbar machen und prüfen, wie die nicht selten als bedrohlich erlebte Beschleunigung in der Moderne ausbalanciert werden kann. Und wie Rhythmen des Körpers und des Geistes in Balance gebracht werden können“.

\*\*\*

**Veranstaltungsort** ist das Atrium der Deutschen Bank, Unter den Linden 13/15, Eingang Charlottenstraße, 10117 Berlin.

**Informationen zu den Details des Programms finden Sie unter:**  
[www.meditation-wissenschaft.org](http://www.meditation-wissenschaft.org) und im Anhang dieser  
Pressemitteilung.

Da die Kongresse 2010 und 2012 ausverkauft waren, empfehlen wir eine frühzeitige Anmeldung.

### **Conference Fee:**

Normalzahler mit Rabatt für Sofortüberweisung: 398,- Euro

Normalzahler mit 14-tägiger Zahlungsfrist auf Rechnung: 410,- Euro.

### **Wissenschaftlicher Beirat:**

Prof. Dr. Michael von Brück, Ludwig-Maximilians-Universität München  
(Vorsitzender)

Prof. Dr. Tobias Esch, Hochschule Coburg

Dr. Britta Hölzel, Charité, Berlin

Prof. Dr. Götz Mundle, Oberberg Stiftung, Berlin

Dr. Ulrich Ott, Bender Institute of Neuroimaging, Universität Gießen

Prof. Dr. Stefan Schmidt, Europa Universität Viadrina, Universitätsklinikum  
Freiburg

Prof. Dr. Dr.phil. Harald Walach, Europa Universität Viadrina

Dr. Cai Werntgen, Udo-Keller-Stiftung Forum Humanum

### **Veranstalter:**

Die **Identity Foundation** ist eine gemeinnützige Stiftung für Philosophie und realisiert Projekte zu Fragen der Identität. Bisherige Forschungsthemen waren unter anderem die Entwicklung von Eliten, das Selbstverständnis der Deutschen und Aspekte der persönlichen Entfaltung des Menschseins. Die Stiftung verleiht alle zwei Jahre den „Meister Eckhart Preis“ in Kooperation mit der Universität zu Köln und der phil.Cologne.

[www.identity-foundation.de](http://www.identity-foundation.de)

Die gemeinnützige **Oberberg Stiftung** 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](http://www.oberberg-stiftung.de)

In Kooperation mit:

**Lassalle-Institut**

Das Lassalle-Institut, Schweiz, unter der Leitung von Dr. Anna Gamma 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](http://www.lassalle-institut.de)

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](http://www.west-oestliche-weisheit.de)

Unterstützt durch:

**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. Die Stiftung ist unter anderem Mitinitiatorin des interdisziplinären FORUM SCIENTIARUM an der Eberhard Karls Universität Tübingen und Förderin des Verlags der Weltreligionen. [www.forum-humanum.org](http://www.forum-humanum.org)

**Kontakt Kongressorganisation/Presse:**

Meditation & Wissenschaft 2014

Dr. Nadja Rosmann

content + creation + consulting

Hofheimerstraße 21A

65719 Hofheim

Tel: +49(0) 6192 20 68 258

Fax: +49(0) 3222 39 43 886

[Nadja.Rosmann@meditation-wissenschaft.org](mailto:Nadja.Rosmann@meditation-wissenschaft.org)

[www.meditation-wissenschaft.org](http://www.meditation-wissenschaft.org)

# Themen Meditation & Wissenschaft 2014

## Interdisziplinärer Kongress zur Meditations- und Bewusstseinsforschung

### Auf der Suche nach der verlorenen Zeit

Freitag, 24. Oktober 2014

#### Themenblock Zeitwahrnehmung

##### Die Zeit Gottes

##### Menschliche Zeitstrukturen und göttliche Ewigkeit

Prof. Dr. Wolfgang Achtner

Gibt es eine Möglichkeit für den Menschen, an der Ewigkeit Gottes zu partizipieren? Verschiedene Ewigkeitskonzepte werden auf drei innere Zeitstrukturen des Menschen (mythisch-zyklische, rational-lineare, mystisch-holistische) hin befragt und die Bedeutung des mystisch-holistischen Zeitbewusstseins als Ort der Ewigkeitserfahrung in der Meditation für die hektische Gegenwart herausgestellt.

##### Achtsamkeit und Zeiterleben

##### Wie subjektive Zeit entsteht und wie sie sich verändern lässt

PD Dr. Marc Wittmann

Die Veränderlichkeit der Zeiterfahrung hängt vom Selbst- und Körpererleben ab. Das durch Achtsamkeit gestärkte Gegenwartserleben ist mit einem subjektiv verlangsamten Zeitverlauf verbunden, die Zukunftsorientierung ist mit Beschleunigung assoziiert. Eine durch Achtsamkeit gestärkte Präsenzerfahrung führt zu einem gelasseneren und selbstbestimmten Umgang mit der Dynamik des Zeitverlaufs.

##### Die Tretmühlen des Glücks

##### Warum macht mehr Einkommen nicht glücklicher?

Prof. Dr. Mathias Binswanger

Das durchschnittliche Glücksempfinden bzw. die Zufriedenheit der Menschen in entwickelten Ländern nimmt schon lange nicht mehr zu, obwohl die durchschnittlichen Einkommen sich mit dem Wirtschaftswachstum stets weiter erhöhen. Der Grund liegt in den so genannten Tretmühleneffekten. Man hat die Illusion, durch mehr Einkommen und mehr Konsum glücklicher zu werden, tritt aber in Wirklichkeit glücksmäßig auf der Stelle.

##### Von der Zeitverdichtung zum zeitfreien Raum

##### Das meditative Jetzt

Prof. Dr. Michael von Brück

Moderne Gesellschaften sind durch eine Beschleunigungsdynamik charakterisiert, die als Zeitverdichtung empfunden werden kann. Zeitverdichtung ereignet sich auch in durch Meditation induzierten Versenkungen. Es entsteht ein Raum des Jetzt. Gibt es darin Bewusstheit, die durch Imagination gekennzeichnet wäre, oder ist dieses Jetzt ein Gefängnis der Präsenz? Was geschieht mit der Ich-Identität – ozeanisches Verschwinden oder überbewusste Freiheit?

##### Networking-Event mit den Referenten / Praxis-Workshops

Neu: Erstmals gibt es in diesem Jahr am ersten Kongresstag ein Forum für den persönlichen Austausch zwischen Teilnehmern und Referenten an. In Marktplatz-Atmosphäre stehen Ihnen Referenten und Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats als Gesprächspartner zur Verfügung:

Prof. Dr. Wolfgang Achtner	Menschliche Zeitstrukturen und göttliche Ewigkeit
Prof. Dr. Mathias Binswanger	Illusionen des Glücks
Prof. Dr. Michael von Brück	Ich-Identität und transpersonale Erfahrung – ein Widerspruch?
Prof. Dr. Tobias Esch	Wie sich „Orchestrierung“ und „Klangfarbe“ des Glücks über die (Lebens-) Zeit ändern – Versuch einer bio-psycho-sozio-spirituellen Untermauerung
Dr. med. Elisabeth Friedrichs	Qigong in Medizin und Alltagspraxis
Prof. Dr. Götz Mundle	Achtsamkeitsbasierte Psychotherapie – Chancen und Grenzen der Umsetzung in der Praxis
Dr. Ulrich Ott	Meditation und Biofeedback – Möglichkeiten und Nutzen physiologischer Messungen während der Praxis

Dr. Alexander Poraj	Alles ist leer – Zen und Ethik
Prof. Dr. Stefan Schmidt	Kulturveränderung oder Konsumprodukt? Vom Meditieren in der beschleunigten Leistungsgesellschaft
Prof. Dr. Peter Sedlmeier	Die psychologischen Auswirkungen von Meditation bei Gesunden
Prof. Dr. Dr. Harald Walach	Spiritualität und Bewusstseinskultur – Trend, Tabubruch, Chance?
Bhiksuni Dagmar Doko Waskönig	Zen-Meditation zwischen spiritueller Tradition und modernem Alltag
Dr. Marc Wittmann	Achtsamkeit und subjektives Zeiterleben

Ebenfalls neu und zusätzlich werden vier Workshops angeboten, in denen ausgewählte Methoden, die beim Kongress vorgestellt wurden, in der praktischen Anwendung erfahren werden können.

**Workshop 1: LebensRhythmen – LebensZeiten  
Die therapeutische Wirkung meditativer Zeiterfahrung**

Dr. Anna Gamma

In jeder Bewusstseinsstruktur und in jedem Lebensalter ist die Wahrnehmung von Zeit unterschiedlich ausgebildet, werden Lebensrhythmen unterschiedlich erfahren. Zur Fülle des Lebens und mit ihr zum Lebensglück gehört, dass wir in uns Zugang finden zu diesen verschiedenen Zeiterleben. Der Workshop vermittelt, wie Meditation das bewusste Wahrnehmen dieser Zeitdimension unterstützt.

**Workshop 2: Einführung in die Yoga-Praxis  
Gesundheit, Entspannung und was Yoga darüber hinaus ermöglichen kann**

Martin Henniger

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass Yoga entspannend wirkt und einen entscheidenden Beitrag zu Gesundheit und Wohlbefinden leisten kann. Doch die Möglichkeiten des Yoga gehen weit über diese gesundheitlichen Aspekte hinaus. Die Relevanz und das Potential des Yoga für die heutige Gesellschaft sollen in diesem Workshop aufgezeigt und anhand von einfachen Übungen erfahrbar gemacht werden.

**Workshop 3: Klangmeditation  
Singen und Stille**

Markus Stockhausen

Das Jetzt ist unmittelbar erfahrbar im gemeinsamen Klang. Im rhythmischen Wechsel zwischen Singen und Stille verändert sich unsere Wahrnehmung, auch die der Zeit. Diese tritt in den Hintergrund, eine Art Entschleunigung geschieht von alleine, Zeit löst sich auf. Der Workshop richtet sich an alle, die Lust haben und sich trauen, in der Gruppe zu singen, mit einfachen Tönen und Vokalen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Workshop 4: Gesprächskultur und Meditation  
Einführung in achtsame Dialoge**

Chris Tamdjidi

In unserer gestressten Arbeitskultur besteht die Gefahr, dass wir in unserer Wahrnehmung und unseren Gesprächen eindimensional werden. In diesem Workshop werden wir mit einer kurze Einführung in Spiegelneuronen und das Soziale Gehirn starten und dann achtsame Dialoge üben. Einfach mit dem ganzen Körper sowie Herz und Geist zuhören – die Wirkung ist erstaunlich.

**Samstag, 25. Oktober 2014**

### **Zen-Meditation als Praxis des Erwachens**

#### **Einführung und Sitzen in Stille**

Bhiksuni Dagmar Doko Waskönig

Zen ermöglicht, einen weiten Geist, einen freien Atem zu entfalten – ein heilendes Gegengewicht zu Lärm und Stress des Alltags. In der Körper-Geist-Einheit kommen jedoch auch klärende Prozesse des Tiefenbewusstseins ins Spiel, und vor allem wird eine Nähe zum ursprünglichen, reinen Geist des Erwachens aktiviert.

### **Themenblock aktuelle Studien**

#### **Die psychologischen Auswirkungen von Meditation**

##### **Eine umfassende Meta-Analyse aller verfügbaren Studien**

Prof. Dr. Peter Sedlmeier

Die Auswirkungen von Meditation wurden mittlerweile in zahlreichen Studien untersucht, allerdings weitgehend ohne theoretische Fundierung. Der Vortrag gibt einen kurzen Überblick über mögliche theoretische Grundlagen zur Wirkung von Meditation und fasst dann die Ergebnisse aus allen verfügbaren Studien zusammen, die sich auf psychologische Auswirkungen bei gesunden (nicht in Therapie befindlichen) Meditierenden beziehen.

#### **Aus dem Elfenbeinturm auf den Marktplatz**

##### **Wie Wissenschaft in der Öffentlichkeit wirksam wird**

Dr. med. Eckart von Hirschhausen

Wenn Wissenschaftler wissen, was wirkt, wie wird es Wirklichkeit für viele? Wie können Ideen aus der positiven Psychologie und Mind-Body-Medizin populär werden, ohne sie zu banalisieren? Schweigeminuten in Talkshows, EEG-Experimente vor laufender Kamera, Glücks-Shows zur Prime Time – wie verträgt Stille Rampenlicht? Wo das Gesundheitssystem zunehmend in die Knie geht (nicht nur endoskopisch), braucht es informierte Bürger, mündige Patienten, die selbst ein Gespür dafür entwickeln, was gut für sie ist. Meditation und Humor helfen. Positive Nebenwirkungen garantiert!

#### **Kann man Glück lernen?**

##### **Untersuchungen im Umfeld der betrieblichen Gesundheitsförderung: Wissenschaftliche Evaluation eines Glückstrainings**

Prof. Dr. med. Tobias Esch

In einem Unternehmen (Dienstleistungssektor) kam ein siebenwöchiges Online-Training zum Einsatz, das von Dr. Eckart von Hirschhausen entwickelt wurde. 150 Mitarbeiter nahmen teil, sie wurden zufällig auf Interventions- und Kontrollgruppen verteilt. Vorher, nachher und nach weiteren vier Wochen wurden Fragebögen ausgefüllt, die Aufmerksamkeit getestet oder Speichelproben zur Bestimmung von Stresshormonen genommen. Der Vortrag stellt das Training, den Aufbau der Studie und die Ergebnisse vor.

#### **Achtsamkeit wirkt – auch im Unternehmensalltag!**

##### **Ergebnisse einer Achtsamkeitsstudie**

Chris Tamdjidi

Wir sind gestresst, weil wir keine Zeit haben. Und zum Herumsitzen und nichts tun haben wir erst recht keine Zeit! Aber eigentlich haben wir keine Zeit, weil wir immer gestresst sind. 15 Unternehmen, darunter einige Konzerne, haben an einer Studie der Kalapa Academy in Kooperation mit dem GRP Institut an der LMU und der Hochschule Coburg teilgenommen, um zu verstehen, welche Effekte ein Achtsamkeitstraining im Unternehmensalltag bewirken kann. Die Ergebnisse: mehr Resilienz, Freude, kooperative Zusammenarbeit, ein besserer Fokus und vor allem eine Abnahme von Hektik und gefühltem Stress.

### **Themenblock Meditation und Bewegung**

#### **Klinische Wirkungen des Yoga**

##### **Zusammenfassung der Ergebnisse aus systematischen Studien**

Prof. Dr. med. Arndt Büssing

Dargestellt werden die Ergebnisse aus systematischen Übersichtsarbeiten zur Relevanz des Yoga in drei Bereichen: (1) Physis, (2) Physiologie, (3) Psyche. Es zeigen sich zumeist positive Effekte hinsichtlich milder Depression, Stress und Schmerz sowie körperlicher Fitness und kardiovaskulärer Ausdauer. Trotz verschiedener methodischer Schwächen der Studien ist eine präventive und supportive Breitenwirkung des Yoga plausibel. Essentiell ist jedoch die aktive Teilnahme der Übenden mit entsprechender Änderung des Verhaltens.

## **Embodiment und Depression**

### **Die Rolle des Körpers im Rahmen von achtsamkeitsbasierten Verfahren**

Prof. Dr. Johannes Michalak

Der Vortrag beschäftigt sich mit der Frage, warum achtsamkeitsbasierte Therapieverfahren einen starken Körperbezug haben. Es wird dabei argumentiert, dass eine Embodiment-Perspektive, die die Interaktion zwischen körperlichen und emotionalen Prozessen berücksichtigt, zu einem verbesserten Verständnis von Depressionen und der Wirkungsweise von achtsamkeitsbasierter Therapie beitragen kann.

### **Qigong als Weg zu körperlicher und geistiger Harmonie**

#### **Einsatzmöglichkeiten in der Therapie und wissenschaftliche Erkenntnisse**

Dr. med. Elisabeth Friedrichs

Qigong ist ein Übungssystem aus China, das durch Formen der Meditation in Bewegung und in Stille zur Kultivierung der Lebenskraft Qi beiträgt. Die Übungen fördern die Selbstwahrnehmung sowie die körperliche und geistige Harmonie, weshalb Qigong sich als Begleittherapie u.a. bei der Behandlung von Suchterkrankungen, Krebs, Depressionen oder Migräne eignet. Der Vortrag stellt Übungsformen vor und beleuchtet kritisch die wissenschaftliche Methodik, mit der die gesundheitlichen Wirkungen von Qigong nachgewiesen werden.

#### **Referenten und Mitwirkende**

Prof. Dr. Wolfgang Achtner

Institut für Evangelische Theologie, Justus-Liebig-Universität Gießen

Prof. Dr. Mathias Binswanger

Professor für Volkswirtschaftslehre an der Fachhochschule Nordwestschweiz und Privatdozent an der Universität St. Gallen

Prof. Dr. Michael von Brück

Evangelisch-Theologische Fakultät, Lehrstuhl für Religionswissenschaft, Ludwig-Maximilians-Universität München

Prof. Dr. med. Arndt Büssing

Professur Lebensqualität, Spiritualität und Coping, Institut für Integrative Medizin, Universität Witten/Herdecke

Prof. Dr. med. Tobias Esch

Fachleitung „Gesunde Hochschule“, Hochschule Coburg, Visiting Professor of Medicine, Harvard Medical School

Dr. med. Elisabeth Friedrichs

Fachärztin für Allgemeinmedizin, Zusatzbezeichnungen Akupunktur und Naturheilverfahren, in eigener Praxis in Augsburg tätig, Dozentin und Vorstandsmitglied der Medizinischen Gesellschaft für Qigong Yangsheng

Dr. Anna Gamma

Zen-Meisterin, Lassalle-Institut, Edlibach, Schweiz

Dr. med. Edda Gottschaldt

Oberberg Stiftung, Berlin

Martin Henniger

Ko-Leiter des Yogaforums Düsseldorf, Doktorand an der Ludwig-Maximilians-Universität München

Dr. med. Eckart von Hirschhausen

Arzt, Kabarettist und Gründer der Stiftung „HUMOR HILFT HEILEN“, Berlin

Prof. Dr. Johannes Michalak

Institut für Psychologie, Universität Hildesheim

Prof. Dr. Götz Mundle

Medizinischer Geschäftsführer der Oberbergkliniken, Berlin

Dr. Ulrich Ott

Bender Institute of Neuroimaging, Universität Gießen

Dr. Alexander Poraj

Spirituelle Leitung, Benediktushof – Zentrum für spirituelle Wege, Holzkirchen bei Würzburg

Prof. Dr. Stefan Schmidt

Europa Universität Viadrina, Universitätsklinikum Freiburg

Prof. Dr. Peter Sedlmeier

Professor für Psychologie (Forschungsmethodik und Evaluation) an der Technischen Universität Chemnitz

Markus Stockhausen

Musiker und Komponist, Erfstadt

Chris Tamdjidi

Geschäftsführer der Kalapa Academy, Bergisch-Gladbach

Prof. Dr. Dr.phil. Harald Walach

Europa Universität Viadrina

Bhiksuni Dagmar Doko Waskönig

Leiterin des Zen Dojo Shobogendo, Hannover

PD Dr. Marc Wittmann

Institut für Grenzgebiete der Psychologie und Psychohygiene, Freiburg