

Hirnforschung und Meditation: Ein Dialog



[Hirnforschung und Meditation: Ein Dialog_ 下载链接1](#)

著者:Wolf Singer

出版者:Suhrkamp

出版时间:12. November 2008

装帧:Broschiert

isbn:9783518260043

Wolf Singer ist einer der weltweit führenden Hirnforscher. Matthieu Ricard war Molekularbiologe, wurde dann buddhistischer Mönch - und Bestsellerautor. Für dieses

Buch treten beide in einen Dialog über die Beziehung zwischen Hirnforschung und Bewußtseinstaining. Sie sprechen darüber, welche mentalen Zustände mit meditativen Praktiken herbeigeführt werden sollen, welche neuronalen Vorgänge diesen zugrunde liegen, und sie fragen, ob regelmäßiges Meditieren zu nachweisbaren Veränderungen von Hirnfunktionen führt. Ihr Buch leistet einen wichtigen Beitrag dazu, den Austausch zwischen Naturwissenschaften und den kontemplativen Wissenschaften anzuregen, denn Buddhismus wird hier als eine "Wissenschaft über den Geist" verhandelt und nicht als eine Religion. Ein Thema, das in der Diskussion zentral behandelt wird, sind die Methoden, mit denen der Geist und menschliche Werte trainiert werden können, zum Beispiel Aufmerksamkeit, Altruismus, emotionale Ausgeglichenheit und Glück. Darüber hinaus sprechen Singer und Ricard über die Langzeitwirkungen solchen Trainings. Die Fähigkeit des Gehirns, sich an veränderte Umstände anzupassen, wird meist im Kontext sich verändernder Außenbedingungen untersucht, aber bei der Meditation kommen die Impulse von innen und sollen eine systematische Veränderung der eigenen mentalen Dispositionen bewirken, und folgerichtig wird die Frage gestellt, ob sich zentrale Fragen über die menschliche Natur überhaupt mit neurowissenschaftlichen Erkenntnissen verbinden lassen.

作者介绍:

Wolf Singer, geboren 1943, ist Direktor am Max-Planck-Institut für Hirnforschung in Frankfurt am Main. Matthieu Ricard arbeitete als Forscher auf dem Gebiet der Molekularbiologie, ehe er seine Berufung zum Buddhismus erkannte. Seit 25 Jahren lebt er als buddhistischer Mönch in den tibetischen Klöstern des Himalaja. Zusammen mit seinem Vater, dem Philosophen Jean-Francois Revel, veröffentlichte er den Gesprächsband "Der Mönch und der Philosoph". Außerdem übersetzt er Werke aus dem Tibetischen und ist der offizielle Französischübersetzer des Dalai Lama. Susanne Warmuth, geboren 1959, ist Biologin und als Lektorin und Übersetzerin naturwissenschaftlicher Bücher tätig. Mit Udo Pollmer verfaßte sie das "Lexikon der populären Ernährungsirrtümer". Sie lebt in Darmstadt.

目录:

[Hirnforschung und Meditation: Ein Dialog_ 下载链接1](#)

标签

评论

[Hirnforschung und Meditation: Ein Dialog](#) [下载链接1](#)

书评

[Hirnforschung und Meditation: Ein Dialog](#) [下载链接1](#)