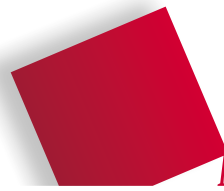




LUDWIG-
MAXIMILIANS-
UNIVERSITÄT
MÜNCHEN



HOCHSCHULE
FÜR ANGEWANDTE
WISSENSCHAFTEN
MÜNCHEN



Vorträge und Filmvorführungen im Rahmen der Initiative »Meditation an der Hochschule«

Filme: Originalton Englisch
Untertitel Deutsch

Die Veranstaltungen sind
öffentlich und kostenlos.
Eine Anmeldung ist nicht
erforderlich.

Referent: Prof. Dr. Andreas de Bruin

Dienstag | 28. Oktober 2014 | 19 Uhr

FILM

Thich Nhat Hanh

Mein Leben ist meine Botschaft
My Life is my Message

Thich Nhat Hanh, Mönch, Zen-Lehrer, Autor und Friedensaktivist vermittelt die Essenz der buddhistischen Lehre auf einfache Weise und verbindet sie direkt mit der Alltagsrealität. Tausende nehmen jedes Jahr an seinen Meditationsretreats teil. Der Film folgt Thich Nhat Hanh unter anderem nach dem 11. September zur Zeit des Memorial Day nach Washington, wo er Kongressabgeordnete zum Thema »Ein achtsames Leben« unterweist und so versucht, seine Botschaft direkt im Zentrum der Weltmacht zu überbringen. Weitere Informationen: <http://plumvillage.org>

Dienstag | 11. November 2014 | 19 Uhr

FILM

Achtung: Raumänderung – Dachauerstraße 98b, Raum E 0103

Dalai Lama

Renaissance – Der wahre Wandel beginnt in dir
Renaissance

Der Dalai Lama lud 40 innovative und führende Denker, Wissenschaftler und Berater der westlichen Kultur in seine Residenz nach Dharmashala, Indien, ein, um die aktuellen Probleme unserer Welt zu diskutieren und nach Lösungsansätzen zu suchen. Was als harmonisches Zusammenspiel gedacht war, führt zu einem Kampf der Egos. Doch die Weisheit des Dalai Lama bringt schließlich Mitgefühl, Freude und Glückseligkeit in die Gruppe zurück. Ein beeindruckendes Beispiel darüber, worum es wirklich geht, wenn wir von universeller Liebe und Weltfrieden sprechen. Regisseur und Produzent Khashyar Darvich hielt das einwöchige Ereignis mit seinem Filmteam fest. Weitere Informationen: www.dalailama.com

Dienstag | 25. November 2014 | 19 Uhr

FILM

Francisco Varela

Monte Grande – Was ist Leben?
Monte Grande – What is life?

Wie können Körper und Geist als ganzheitliches Wesen existieren? Der chilenische Neurobiologe Francisco Varela beschäftigte sich von seiner Kindheit bis zu seinem frühzeitigen Tod mit dieser Frage. Die Struktur des Films basiert auf Varelas nicht-linearem Denken und fokussiert auf Autopoiesis, Ethik, Bewusstsein, Meditation und Sterben. Erzählt und reflektiert wird von ihm selbst, von seinen Familienangehörigen, von führenden Wissenschaftlern, engsten Freunden und Denkern, darunter auch der Dalai Lama. Weitere Informationen: www.realfictionfilme.de/filme/monte-grande

Dienstag | 2. Dezember 2014 | 19 Uhr

VORTRAG

Ort der Veranstaltungen:
Hochschule München
Gebäude R, Lothstr. 64,
80335 München
Roter Würfel, R 1.046

Helena Petrovna Blavatsky – Alice A. Bailey

Die Lehren der zeitlosen Weisheit
The Ageless Wisdom Teachings

Mit ihren Werken *Isis entschleiert* (1877) und *Die Geheimlehre* (1888) machte Helena Petrovna Blavatsky die Lehren der zeitlosen Weisheit zum ersten Mal einem allgemeinen Publikum zugänglich. Blavatsky gründete die Theosophische Gesellschaft, um diese »neue« Sicht der Geschichte und menschlichen Evolution vorzustellen. Diese Lehren wurden später insbesondere von Alice A. Bailey weiter ausgearbeitet. Der audiovisuelle Vortrag gibt eine Einführung in das Konzept der zeitlosen Weisheit und erläutert die wichtigsten Grundbegriffe. Weitere Informationen: www.lucistrust.org und www.theosophiedyar.de

Dienstag | 16. Dezember 2014 | 19 Uhr

VORTRAG UND FILM

Benjamin Creme

Die Lehren Maitreyas – Das Selbst entdecken/Zur Lage der Welt
The Teachings of Maitreya – Discovering the Self/The State of the World

Der britische Künstler und Buchautor Benjamin Creme befasst sich seit langem mit den Lehren der zeitlosen Weisheit und insbesondere der Rückkehr eines großen spirituellen Lehrers: Maitreya. Er ist nach Angaben von Benjamin Creme der von vielen Religionen unter verschiedenen Namen erwartete Heilbringer. Der Vortrag beleuchtet die diesbezüglichen Argumentationsgrundlagen und setzt diese in Beziehung zur heutigen Lage der Welt. Der Kurzfilm aus dem Jahr 1996 zeigt ein Interview mit Benjamin Creme über »Maitreyas Lehren«. Thema ist die »Kunst der Selbstverwirklichung«. Damit wir uns des Selbst bewusst werden empfiehlt Maitreya drei Übungen, die zwar einfach erscheinen, aber viel Disziplin erfordern: Ehrlichkeit im Denken, Aufrichtigkeit im Herzen und innere Gelassenheit. Weitere Informationen: www.share-international.org

Dienstag | 13. Januar 2015 | 19 Uhr

VORTRAG UND FILM

Sri Chinmoy

Das Unmögliche herausfordern/Interviews (Ausschnitte)
Challenging Impossibility/Interviews

Sri Chinmoy, ein weltweit bekannter spiritueller Lehrer, wurde vor allem durch seine Kunst, Musik und Kraftakte bekannt. Im Mittelpunkt seiner Lehre stehen Toleranz, das harmonische Zusammenleben und eine meditative Lebensweise im Alltag. Im Vortrag werden Interviewausschnitte mit Sri Chinmoy gezeigt, in denen er seine Sichtweisen vertieft. Der 30-minütige Dokumentarfilm *Challenging Impossibility* zeigt eine Gewichtshebeveranstaltung im November 2004, als Sri Chinmoy dutzende Gewichthebeakte – mit einem kumulierten Gesamtgewicht von über 90.718 Kilogramm – vor Hunderten Zusehern demonstrierte. *Challenging Impossibility* wurde auf über 70 Filmfestivals in über einem Dutzend Ländern gezeigt und hat dabei mehrere Auszeichnungen gewonnen. Weitere Informationen: www.srichinmoy.org/deutsch

Dienstag | 27. Januar 2015 | 19 Uhr

FILM

Krishnamurti

Die Herausforderung sich zu ändern
The Challenge of Chance

Dokumentation von Michael Mendiza über den Philosophen und geistigen Lehrer Jiddu Krishnamurti und einige seiner wichtigsten Aussagen. Der erste Teil der Dokumentation schildert Krishnamurtis Werdegang von seiner Entdeckung durch die Theosophen im Jahr 1909 bis zu seiner Trennung von ihnen im August 1929. Der zweite Teil zeigt Auszüge aus Krishnamurtis öffentlichen Reden, aus Gesprächen an seinen Schulen und aus einem Interview, das Michael Mendiza für diesen Film geführt hat. Weitere Informationen: www.jkrishnamurti.org/de



Anfahrt: Tram 20/21 (Haltestelle: Lothstraße)
Bus 153 (Haltestelle: Hochschule München)
U-Bahn U1/U7 (Haltestelle: Mailingstraße,
10 Minuten Fußweg)

Kontakt: Prof. Dr. Andreas de Bruin
E-Mail: andreas.de_bruin@hm.edu
Internet: www.sw.hm.edu



Vorträge und Filmvorführungen im Rahmen der Initiative »Meditation an der Hochschule«

Filme: englischer Originalton
deutsche Untertitel

Die Veranstaltungen sind
öffentlich und kostenlos.
Eine Anmeldung ist nicht
erforderlich.

Referent: Prof. Dr. Andreas de Bruin

Donnerstag | 29. Oktober 2015 | 19 Uhr

FILM

Free the Mind

Kann ein Atemzug dein Denken verändern?
Can you rewrite the brain just by taking a breath?

Free The Mind erzählt die unglaubliche Geschichte, wie die Vision eines Mannes das Leben dreier Menschen komplett verändert. Als einer der führenden Hirnforscher hat es sich Professor Richard Davidson zur Aufgabe gemacht, herauszufinden, ob und wie es möglich ist, das menschliche Gehirn allein durch die Macht der Gedanken physisch zu verändern. Indem er Kriegsveteranen und an ADHS erkrankte Kinder mit Yoga und Meditation bekannt macht, zeigt er Möglichkeiten auf, Stress und Schmerz ohne den Einsatz von Medikamenten zu überwinden.
www.danishdocumentary.com/site/freethemind/

Donnerstag | 26. November 2015 | 19 Uhr

FILM

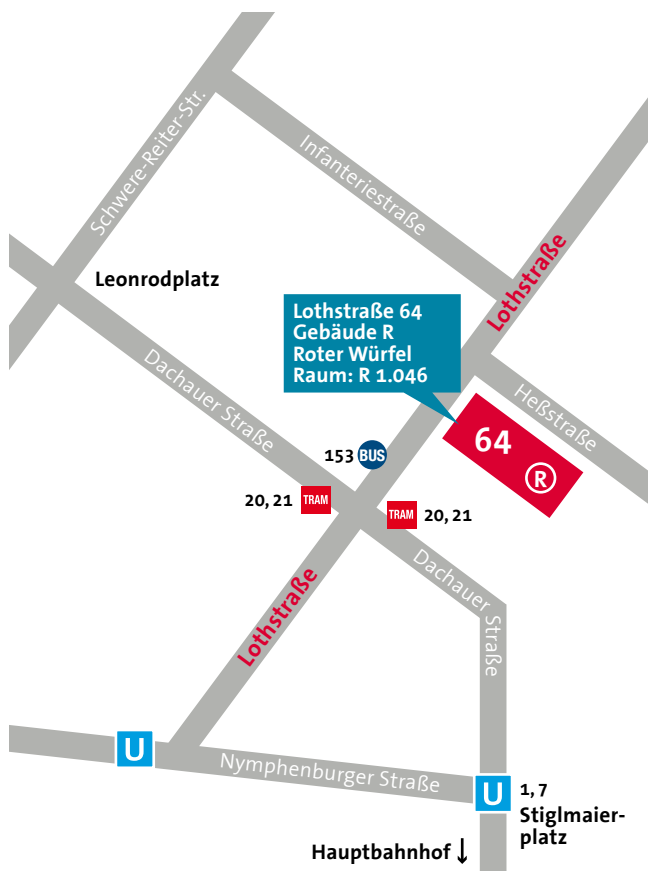
The Dhamma Brothers

Meditation im Hochsicherheitsgefängnis
Meditation in a violent maximum-security prison

Ein zehntägiger Vipassana-Meditationskurs in einem Hochsicherheitsgefängnis in Alabama, USA, verändert das Leben der Häftlinge profoundly. Auf Meditationskissen sitzend und in Decken eingewickelt, begeben sich die Teilnehmer auf ihre Reise nach innen. Obwohl ihre Körper noch immer eingesperrt sind, lernen die Häftlinge eine neue Art von Freiheit kennen. In der Anonymität des Gefängnislebens bietet Vipassana ihnen eine soziale Identität, die auf Brüderlichkeit und spiritueller Entwicklung basiert. Der Film ist ein ergreifendes Zeugnis für das jedem Menschen innewohnende Potenzial zur Transformation. Seit der Erstvorführung im Jahr 2008 hat *The Dhamma Brothers* zahlreiche Auszeichnungen erhalten. Im Anschluss an den Film stehen Mitarbeiter des deutschen Vipassana-Meditationszentrums in Triebel für Fragen zur Verfügung.

www.dhammabrothers.com

Ort der Veranstaltungen:
Hochschule München
Gebäude R, Lothstr. 64,
80335 München
Roter Würfel, R 1.046



Anfahrt: Tram 20/21 (Haltestelle: Lothstraße)
Bus 153 (Haltestelle: Hochschule München)
U-Bahn U1/U7 (Haltestelle: Mailingstraße,
10 Minuten Fußweg)

Kontakt: Prof. Dr. Andreas de Bruin
E-Mail: andreas.de_bruin@hm.edu
Internet: www.sw.hm.edu

Donnerstag | 10. Dezember 2015 | 19 Uhr

FILM

Mata Amritanandamayi – Amma

Darshan – Die Umarmung
Darshan – The Embrace

Darshan ist eine Reise tief ins Herz Indiens, zu einer der »großen Seelen« des Hinduismus: Amma (Mutter), wie Mata Amritanandamayi von ihren Anhängern liebevoll genannt wird, ist eine der populärsten und einflussreichsten lebenden Mahatmas Indiens. In ihren Darshans (der Anblick oder die Begegnung mit einer heiligen Person) schenkt sie jedem, der das wünscht, eine Umarmung. Der Regisseur Jan Kounen hat die Trägerin des Gandhi-King-Preises der UNO auf einer Reise nach Kalkutta, Benares, Delhi und Jaipur begleitet und sich auf die Spuren archaischer indischer Traditionen begeben.

www.amma.de

Donnerstag | 14. Januar 2016 | 19 Uhr

FILM

Sathya Sai Baba

Gespräche mit dem Westen
Talk to Westerners

In diesem Interview aus dem Jahre 1991 spricht Sri Sathya Sai Baba zu Menschen aus der westlichen Hemisphäre. In der authentischen Interviewatmosphäre erläutert er grundlegende spirituelle Zusammenhänge und gibt Antworten auf Fragen, die die Menschen schon immer bewegten: Wer bin ich? Welche Bedeutung haben Körper, Geist und Atman? Was ist der Unterschied zwischen Wissen und Erfahrung? Welche Bedeutung haben Liebe und Freundschaft? Wie erhebe ich mein Leben von der weltlichen auf die spirituelle Ebene? Der Zuschauer wird zu tiefem Nachdenken angeregt und gleichzeitig durch Swamis feinen Humor zum Schmunzeln verführt.

www.sathya-sai.info

Donnerstag | 28. Januar 2016 | 19 Uhr

VORTRAG UND FILM

Maitreya und die Meister der Weisheit

Das Konzept der Meister der Weisheit ist in einigen Kulturen seit Jahrtausenden bekannt. Hermes, Konfuzius, Shankaracharya, Buddha, Krishna sind Beispiele dieser großen Lehrer. Sie werden als hoch entwickelte Menschen beschrieben, die vollkommene Meisterschaft über sich selbst und die Naturgesetze erlangt haben und durch Inspiration ihr umfassendes Wissen selbstlos der Menschheit in allen Lebensbereichen zur Verfügung stellen. Lange Zeit haben die Meister in den entlegenen Regionen der Welt gelebt, nun, so heißt es, werden sie in die Alltagswelt zurückkehren und öffentlich unter den Menschen wirken. An ihrer Spitze steht der Weltlehrer Maitreya, dessen Wiederkehr von allen Religionen (unter verschiedenen Namen) erwartet wird.

www.share-international.org



Vorträge und Filmvorführungen im Rahmen des Programms »Meditation im Hochschulkontext – Das Münchner Modell«

Filme: englischer Originalton
deutsche Untertitel

**Die Veranstaltungen sind
öffentlich und kostenlos.
Eine Anmeldung ist nicht
erforderlich.**

Referent: Prof. Dr. Andreas de Bruin

Donnerstag | 14. April 2016 | 19 Uhr

FILM

Auf der Suche nach dem Gedächtnis

Der Nobelpreisträger Eric Kandel widmet sich seit 50 Jahren der Erforschung des menschlichen Gehirns. Kandels Untersuchungen zum Kurz- und Langzeitgedächtnis erklären die biochemischen Vorgänge beim Lernen und Erinnern und bilden die Grundlage zur Bekämpfung von Alzheimer und anderen Demenzerkrankungen. Petra Seegers Film ist das sehr persönliche Porträt eines charismatischen und leidenschaftlichen Forschers, der eigene leidvolle Erfahrungen in eine ungeheure positive Energie umgewandelt hat, um die Grundlagen menschlichen Handelns zu erforschen.

www.kandel.wfilm.de

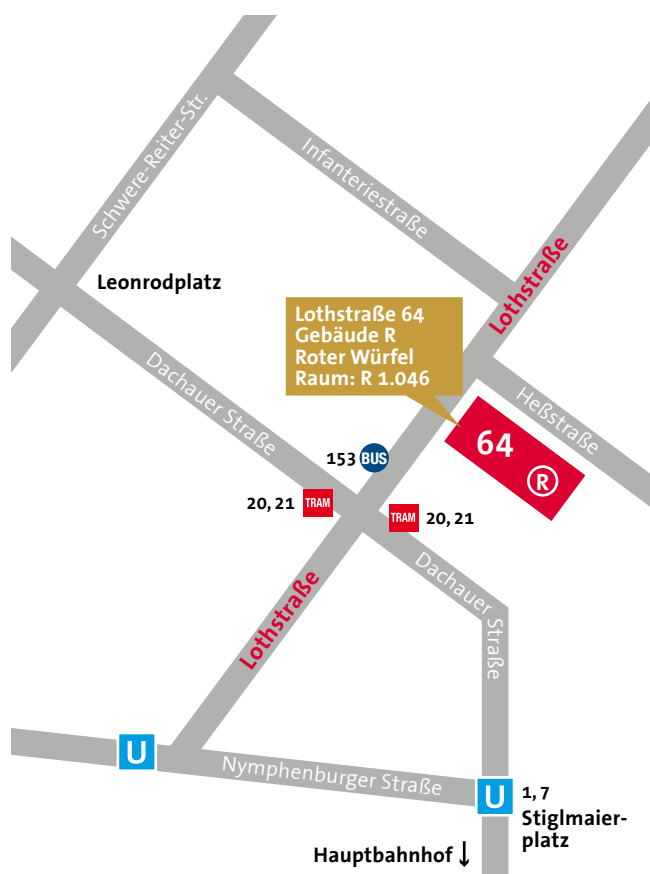
Donnerstag | 12. Mai 2016 | 19 Uhr

VORTRAG UND FILMAUSSCHNITTE

Meditation im Hochschulkontext – Das Münchner Modell

Im audiovisuellen Vortrag wird die im Jahr 2010 in München ins Leben gerufene Initiative »Meditation an der Hochschule« vorgestellt. Pro Semester haben bis zu 150 Studierende an der Hochschule München und an der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) München die Möglichkeit, sich intensiv mit Meditation auseinanderzusetzen und Ansätze in das künftige berufliche Umfeld zu implementieren. Über 1000 Studierende haben diese Lehrveranstaltungen inzwischen durchlaufen. Das Münchner Modell findet sowohl national als auch international Anerkennung und wurde bereits auf mehreren Tagungen und Symposien vorgestellt. Neben einem kurzen Überblick der aktuellen Meditationsforschung und einer Präsentation des Modellaufbaus werden im Vortrag auch konkrete Praxisbeispiele, insbesondere für die Bereiche Kindergarten, Schule und Gefängnis gezeigt.

Ort der Veranstaltungen:
Hochschule München
Gebäude R, Lothstr. 64,
80335 München
Roter Würfel, R 1.046



Anfahrt: Tram 20/21 (Haltestelle: Lothstraße)
Bus 153 (Haltestelle: Hochschule München)
U-Bahn U1/U7 (Haltestelle: Mailingstraße,
10 Minuten Fußweg)

Kontakt: Prof. Dr. Andreas de Bruin
E-Mail: andreas.de_bruin@hm.edu
Internet: www.sw.hm.edu

Donnerstag | 23. Juni 2016 | 19 Uhr

FILM

Awake – Das Leben des Yogananda

Eine unkonventionelle Biografie des indischen Swami, der Yoga und Meditation in den 1920er Jahren im Westen bekannt machte. Der Dokumentarfilm widmet sich dem Leben und den Lehren von Paramahansa Yogananda, dem Autor des spirituellen Klassikers *Autobiographie eines Yogi*, der weltweit millionenfach verkauft wurde und auch heute als wichtige Literatur für Suchende, Philosophen und Yoga-Enthusiasten gilt. Der Film erkundet die Welt des Yoga im Osten und im Westen und versucht herauszufinden, warum Millionen von Menschen heute ihre Aufmerksamkeit auf eine innere Suche nach Selbstverwirklichung lenken.

www.awaketheyoganandamovie.com

Donnerstag | 7. Juli 2016 | 19 Uhr

FILM

Der atmende Gott

Der moderne Yoga, täglich praktiziert von Millionen Anhängern in aller Welt, geht unmittelbar auf Gott Shiva zurück – so die indische Überlieferung. Zugleich ist der moderne Yoga aber eine Erfindung des indischen Gelehrten Tirumalai Krishnamacharya im frühen 20. Jahrhundert. Diese Geschichte ist weit weniger bekannt, und von ihr handelt dieser Film. Leben und Lehre Krishnamacharyas werden durch die Augen des Regisseurs Jan Schmidt-Garre erzählt, der nach der unverfälschten Yoga-Praxis sucht. Seine Reise führt ihn über die Schüler und Verwandten Krishnamacharyas zu den Ursprüngen des Yoga am Palast des Maharadschas von Mysore.

www.deratmendegott.de



Vorträge und Filmvorführungen im Rahmen des Programms »Meditation im Hochschulkontext – Das Münchner Modell«

Filme: z. T. englischer Originalton
deutsche Untertitel

**Die Veranstaltungen sind
öffentlich und kostenlos.
Eine Anmeldung ist nicht
erforderlich.**

Referent: Prof. Dr. Andreas de Bruin

Donnerstag | 13. Oktober 2016 | 19 Uhr

FILM

10 Fragen an den Dalai Lama

Warum erscheinen uns arme Menschen oft glücklicher als reiche? Muss eine Gesellschaft auf dem Weg in eine moderne Zukunft seine Traditionen verlieren? Wie begegnet man Gewalt als jemand, der Gewalt ablehnt? Können wir die Umwelt retten? In einer außergewöhnlichen Audienz konnte der amerikanische Filmemacher Rick Ray dem 14. Dalai Lama vor laufender Kamera zehn Fragen stellen. Die Antworten des Dalai Lama sprechen von der außerordentlichen Weisheit und dem klugen Humor der höchsten weltlichen und religiösen Autorität des buddhistischen Tibet. Der Film zeigt bisher unbekannte Aufnahmen aus dem Leben des Dalai Lama und über das Tibet von heute.

www.10fragenandendalailama.de

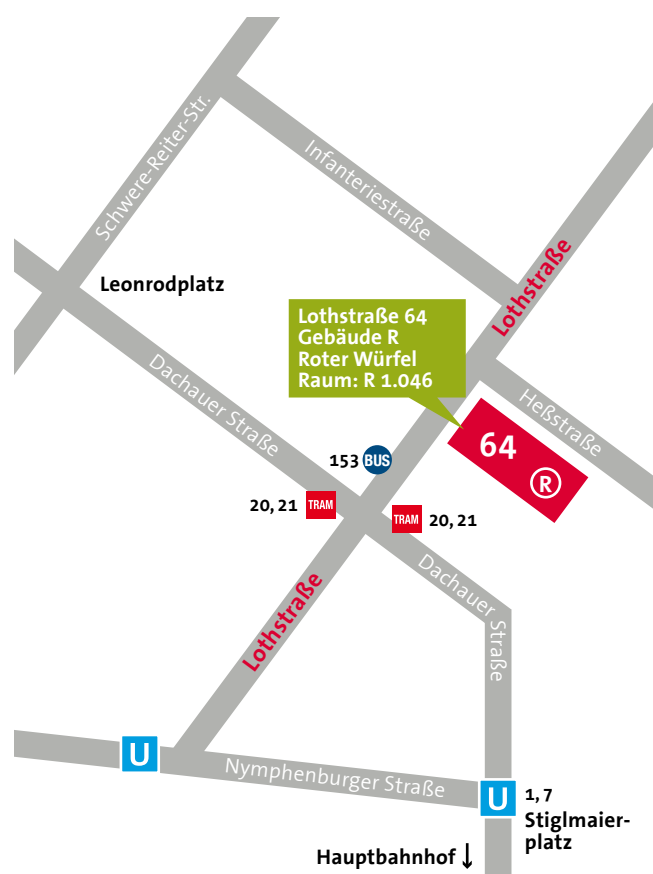
Donnerstag | 24. November 2016 | 19 Uhr

FILM

Die Revolution der Selbstlosen

Der Mensch – ein selbstsüchtiges Wesen, das nur an sein Eigenwohl denkt? In einer Welt, in der Macht und Geld regieren, fällt es schwer, etwas anderes zu glauben. Doch immer mehr Studien aus Psychologie, Neurowissenschaft und Primatenforschung zeigen, dass das Handeln aus selbstloser Motivation eine wesentliche Eigenschaft des Menschen ist. Schon Kleinkinder zeigen Hilfsbereitschaft, ohne dass sie eine Gegenleistung dafür erhalten, und drei Monate alte Babys können zwischen Gut und Böse unterscheiden. Wenn der Sinn für Fairness und Gerechtigkeit uns also schon in die Wiege gelegt worden ist, wieso ist unsere Gesellschaft dann von so viel Egoismus und Ungerechtigkeit durchzogen? Die Dokumentation beantwortet diese und viele andere Fragen.

Ort der Veranstaltungen:
 Hochschule München
 Gebäude R, Lothstr. 64,
 80335 München
 Roter Würfel, R 1.046



Anfahrt: Tram 20/21 (Haltestelle: Lothstraße)
 Bus 153 (Haltestelle: Hochschule München)
 U-Bahn U1/U7 (Haltestelle: Mailingstraße,
 10 Minuten Fußweg)

Kontakt: Prof. Dr. Andreas de Bruin
 E-Mail: andreas.de_bruin@hm.edu
 Internet: www.sw.hm.edu

Musicosophia – klassische Musik bewusst hören

Die Musicosophia-Methode ist eine Hör-Methode, die von dem bekannten rumänischen Musikwissenschaftler George Balan insbesondere für den musikalischen Laien entwickelt wurde. Dabei geht es darum, die klassische Musik ganzheitlich zu verstehen. Es werden keine Noten und kaum musiktheoretische Begriffe benutzt – »Werkzeug« ist das Gehör. Wir spüren den unterschiedlichen Stimmungen nach, erkennen die Wendepunkte im Ablauf der Musik und erschließen uns die Architektur des Werkes. Um die Musik besser zu »begreifen«, zeichnen wir die Melodien mit einfachen Linien auf und spüren ihnen mit den Händen nach.

www.musicosophia.com

Donnerstag | 12. Januar 2017 | 19 Uhr

FILMAUSSCHNITTE

Die große Stille

»Die große Stille« ist ein Film über die »Grande Chartreuse«, das Mutterkloster des legendären Schweigeordens der Karthäuser. 19 Jahre nach der ersten Begegnung des Regisseurs Philip Gröning mit dem Prior des Klosters ist es der erste Film, der jemals über das Leben hinter den Klostermauern gedreht werden durfte. Eine strenge, fast stumme Meditation über das Klosterleben in seiner reinsten Form. Keine Musik, keine Interviews, keine Kommentare, kein zusätzliches Material. Philip Gröning beschreibt ein Leben, das vom Gebot des Schweigens und weltlicher Abgeschiedenheit geprägt ist – und erzählt von Menschen, die ihre Lebenszeit in aller Klarheit Gott gewidmet haben.

www.diegrossestille.de

Donnerstag | 26. Januar 2017 | 19 Uhr

FILM

Morgenröte im Aufgang – Hommage à Jacob Böhme

Der Görlitzer Mystiker und Visionär Jacob Böhme (1575–1624) ist die wohl unbekannteste, geheimnisvollste und zugleich auf untergründige Weise einflussreichste Gestalt der deutschen Geistesgeschichte. Während Galilei, Francis Bacon und Descartes die modernen Naturwissenschaften und den Rationalismus begründeten, schuf der Schuhmacher Böhme aus Görlitz – trotz Schreibverbot und Verfolgung als Ketzer – einige der bedeutendsten Schriften der deutschen Mystik. Seine visionäre christliche Theosophie beeinflusste die Philosophen des deutschen Idealismus sowie Romantiker wie Novalis und fasziniert bis heute. »Morgenröte im Aufgang« ist eine filmische Meditation, in der Jacob Böhme in seinen eigenen Worten zu uns spricht.

www.nootheater.de



Vorträge und Filmvorführungen im Rahmen des Programms »Meditation im Hochschulkontext – Das Münchner Modell«

Filme: englischer Originalton
deutsche Untertitel

Die Veranstaltungen sind
öffentlich und kostenlos.
Eine Anmeldung ist nicht
erforderlich.

Referent: Prof. Dr. Andreas de Bruin

Donnerstag | 30. März 2017 | 19 Uhr

FILM

Mind & Life – early dialogues

Die frühen »Mind and Life«-Gespräche zwischen dem Neurobiologen und Philosophen Francisco Varela, weiteren führenden Wissenschaftlern und dem Dalai Lama waren wegweisend für das hohe Niveau der heutigen »Mind and Life«-Gespräche. Sie fanden seit 1987 über mehrere Tage statt. Es wurden Themen diskutiert, die heute noch brisant sind, wie »heilende Emotionen«, »Bewusstsein beim Schlafen, Träumen und Sterben« oder »Altruismus, Ethik, Mitgefühl«. Eines der Kernthemen dieses Dokumentarfilms von Franz Reichle und Juliette Forster ist die Verständigung zwischen den verschiedenen Kulturen – ein Problem mit dem wir heute fast täglich gefordert sind. So ist aus mehreren hundert Stunden Archivmaterial ein höchst aktueller Film geworden.

www.franzreichle.ch/#MindLife

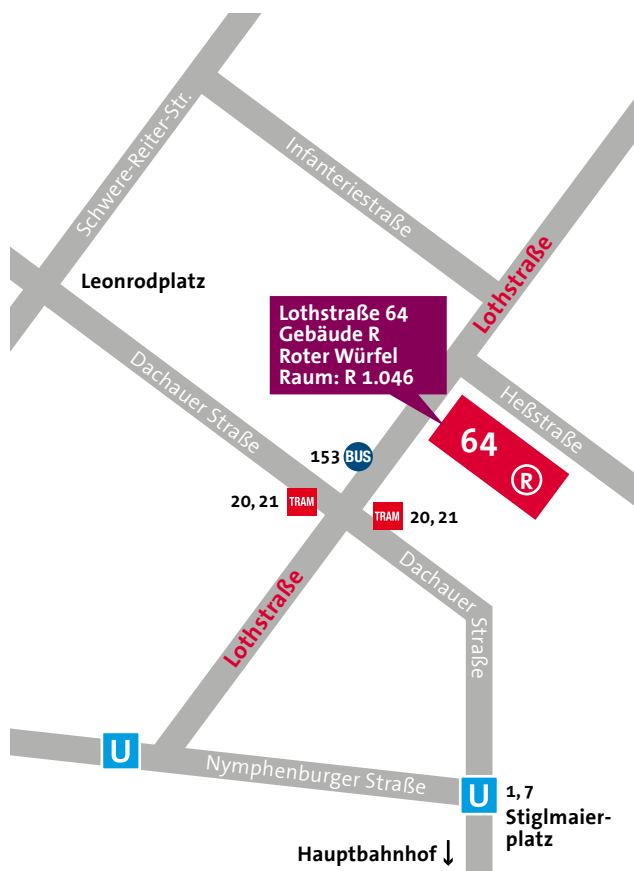
Donnerstag | 20. April 2017 | 19 Uhr

FILM

My Reincarnation – Wiederkehr

Der Dokumentarfilm von Jennifer Fox erzählt die Geschichte von Choegyal Namkhai Norbu, einem der letzten großen Rinpoches, der noch in Tibet ausgebildet wurde, und seinem in Italien geborenen Sohn Yeshe. In bisher einmaliger Weise wurde das Leben beider Protagonisten über zwanzig Jahre mit der Kamera begleitet. Nach seiner Flucht aus Tibet im Jahr 1959 ließ sich Namkhai Norbu Rinpoche in Italien nieder, wo er heiratete und Vater zweier Kinder wurde. Sein erstgeborener Sohn Yeshe wurde als die Reinkarnation von Rinpoches Onkel, einem bekannten Dzogchen-Meister, erkannt,

**Ort der Veranstaltungen:
Hochschule München
Gebäude R, Lothstr. 64,
80335 München
Roter Würfel, R 1.046**



Anfahrt: Tram 20/21 (Haltestelle: Lothstraße)
Bus 153 (Haltestelle: Hochschule München)
U-Bahn U1/U7 (Haltestelle: Mailingstraße,
10 Minuten Fußweg)

Kontakt: Prof. Dr. Andreas de Bruin
E-Mail: andreas.de_bruin@hm.edu

der nach der Invasion Tibets durch die Chinesen verstarb. Doch Yeshe, der in Italien aufwächst, will nichts mit diesem Vermächtnis zu tun haben. Stattdessen träumt er von einem normalen Leben, weit weg von den Massen ergebener Schüler, die seinen Vater ständig umgeben. Erst als der Vater lebensbedrohlich erkrankt, wagt Yeshe, gegen seine eigenen Zweifel nach Tibet zu reisen.

www.myreincarnationfilm.com

Donnerstag | 18. Mai 2017 | 19 Uhr

FILM

InnSaei – Die Kraft der Intuition

Der Dokumentarfilm geht der Frage nach, wie die Aktivität der rechten Gehirnhälfte dem modernen Menschen helfen kann, der Stressfalle zu entkommen.

Die Isländerin Hrunn Gunnsteinsdottir stand bei den Vereinten Nationen am Beginn einer vielversprechenden Karriere. Sie hatte sich für Frauenrechte eingesetzt, half traumatisierten Frauen im Kosovo, bekam eine unbefristete Stelle bei der UN in Genf. Und dann erlitt sie mit 29 Jahren ein Burnout und kündigte. Rückblickend stellt sie fest, dass sie dessen Anzeichen lange ignoriert hatte. Mit ihrer Freundin, der Filmemacherin Kristin Ólafsdottir, begibt sie sich auf eine filmische Reise zu Wissenschaftlern, Künstlern, spirituellen Lehrern und zu einer Schule in England, in der Kinder Achtsamkeit üben. Was muss getan werden, damit Menschen wie sie künftig nicht mehr so leicht von ihren inneren Kraftquellen abgeschnitten werden?

www.mindjazz-pictures.de/project/innsaei

Donnerstag | 6. Juli 2017 | 19 Uhr

FILM

Facetten des Erwachens: Das Wissen der Meister

Der englische spirituelle Lehrer John David entwickelte aus den Lehren Sri Ramana Maharshis zwölf Fragen, die er sechzehn indischen Meistern stellt. Die Fragen beziehen sich auf die Themen, die jedem begegnen, der sich auf der spirituellen Reise befindet. Dieser einzigartige Film präsentiert moderne Dialoge über alte Weisheitslehren. Es geht vor allem darum, wer wir sind und warum wir hier sind. John Davids Vertrautheit mit diesen Lehren und seine jahrelange Erfahrung als spiritueller Lehrer lässt faszinierende, lebendige Interaktionen mit seinen Gesprächsteilnehmern entstehen.

www.sriramanamaharshi.org/de



Vorträge und Filmvorführungen im Rahmen des Programms »Meditation im Hochschulkontext – Das Münchner Modell«

Filme: englischer Originalton
deutsche Untertitel

Die Veranstaltungen sind
öffentlich und kostenlos.
Eine Anmeldung ist nicht
erforderlich.

Referent: Prof. Dr. Andreas de Bruin

Donnerstag | 18. Januar 2018 | 19 Uhr

FILM

Walk With Me – Eine Reise zur Achtsamkeit

Die gefeierte Dokumentation »Walk With Me« ermöglicht einen faszinierenden Blick in das Leben des berühmten buddhistischen Zen-Meisters und spirituellen Lehrers Thich Nhat Hanh und dessen Anhänger. Beim täglichen Leben im französischen Kloster oder bei den Reisen in die USA erhält man tiefe Eindrücke vom Leben einer wachsenden Gemeinschaft und ihren Lehren der Achtsamkeit. Ein Film wie eine Meditation, der die beobachtete Kraft direkt an den Zuschauer weitergibt.

<http://plumvillage.org>

Donnerstag | 22. März 2018 | 19 Uhr

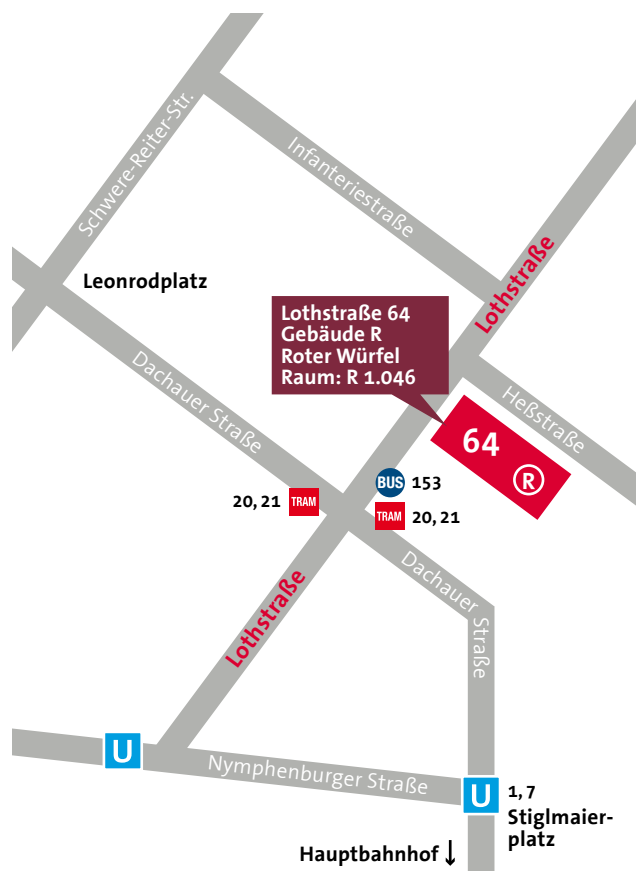
FILM UND KURZVORTRAG

Shanti – Meditation im Hochschulkontext am Beispiel des Münchner Modells

Im Film wird die im Jahr 2010 ins Leben gerufene Initiative »Meditation an der Hochschule« vorgestellt. Pro Semester haben bis zu 150 Studierende an der Hochschule München und an der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) München die Möglichkeit, sich intensiv mit Meditation auseinanderzusetzen und Ansätze in das künftige berufliche Umfeld zu implementieren. Über 1300 Studierende haben dieses Programm inzwischen absolviert. Das Münchner Modell findet sowohl national als auch international Anerkennung und wurde bereits auf mehreren Symposien und Kongressen vorgestellt. Katharina Nowack, Ramona Wegele und David Kutschi haben das Programm über ein Jahr lang mit der Kamera begleitet; sie sind bei der Veranstaltung persönlich anwesend und stellen ihren Film vor.

www.hm.edu/meditationsmodell

Ort der Veranstaltungen:
Hochschule München
Gebäude R, Lothstr. 64,
80335 München
Roter Würfel, R 1.046



Anfahrt: Tram 20/21 (Haltestelle: Lothstraße)
Bus 153 (Haltestelle: Hochschule München)
U-Bahn U1/U7 (Haltestelle: Mailingstraße,
10 Minuten Fußweg)

Kontakt: Prof. Dr. Andreas de Bruin
E-Mail: andreas.de_bruin@hm.edu

Donnerstag | 19. April 2018 | 19 Uhr

FILM UND KURZVORTRAG

Schule der Achtsamkeit

Der Film »Schule der Achtsamkeit« stellt Initiativen und Projekte vor, die Kindern und Jugendlichen Achtsamkeit und weitere innere Kompetenzen vermitteln – mit großem Erfolg. Wenn junge Menschen sich selbst besser kennenlernen und verstehen, begegnen sie auch anderen mit mehr Offenheit und Verständnis. Dies trägt zu einer entspannten Atmosphäre bei – nicht nur im Klassenzimmer, sondern bei regelmäßiger Übung im ganzen Leben. Der Film greift aus der Vielzahl bereits bestehender Initiativen einige Beispiele aus allen Altersgruppen heraus: Kindergärten, Schulen, Einrichtungen für ADHS- und Flüchtlingskinder, ja sogar die französische Fußball-Jugendnationalmannschaft ist dabei.

www.schule-der-achtsamkeit.org

Donnerstag | 7. Juni 2018 | 19 Uhr

VORTRAG MIT FILMAUSSCHNITTEN

Nisargadatta Maharaj – I Am That

Im Vortrag und anhand von Filmsequenzen werden die Lehren von Nisargadatta Maharaj (1897–1981) vorgestellt. Nisargadatta Maharaj war im Westen weitgehend unbekannt, bis 1974 das Buch »I Am That« veröffentlicht wurde, eine Sammlung von Gesprächen aus Tonbandaufzeichnungen; das Buch wurde in viele Sprachen übersetzt. Nisargadatta Maharaj gilt neben Ramana Maharshi als einer der wichtigsten Vertreter des Advaita-Vedanta im 20. Jahrhundert.

www.nisargadatta.net

Donnerstag | 12. Juli 2018 | 19 Uhr

VORTRAG MIT FILMAUSSCHNITTEN

Mutter Meera – Darshan in Silence

Mutter Meera wird weltweit von vielen Menschen als eine Verkörperung der göttlichen Mutter auf Erden gesehen. Mutter Meera wurde 1960 in Südindien, im Bundesstaat Andhra Pradesh, geboren. Heute lebt sie in einem kleinen Dorf in Deutschland. Hier, und auf ihren internationalen Reisen, gibt Mutter Meera Darshans. Der Vortrag beleuchtet anhand von Filmsequenzen ihren Lebenslauf und ihr Wirken.

www.mothermeera.com/de



Vorträge und Filmvorführungen im Rahmen des Programms »Meditation im Hochschulkontext – Das Münchner Modell«

Filme: englischer Originalton
deutsche Untertitel

**Die Veranstaltungen sind
öffentlich und kostenlos.
Eine Anmeldung ist nicht
erforderlich.**

Referent: Prof. Dr. Andreas de Bruin

Donnerstag | 11. Oktober 2018 | 19 Uhr

FILM

Buddha begegnen – An den heiligen Orten in Nepal und Indien

Die Pilgerreise des tibetischen Mönchs Tashi führt zu den acht wichtigsten historischen Stätten des Buddhismus in Nepal und Indien – und ist zugleich eine Reise durch das Leben des Buddha. Auf der Reise begegnen uns engagierte Mönche, Nonnen und Laien aus vielen Ländern der Welt, die den Dharma in der Meditation, im Alltag und in sozialen Projekten umsetzen. Mit beeindruckenden Aufnahmen aus Nepal und Nordindien entsteht ein lebendiges Bild des heutigen Buddhismus.

www.tibet-edition.de

Donnerstag | 22. November 2018 | 19 Uhr

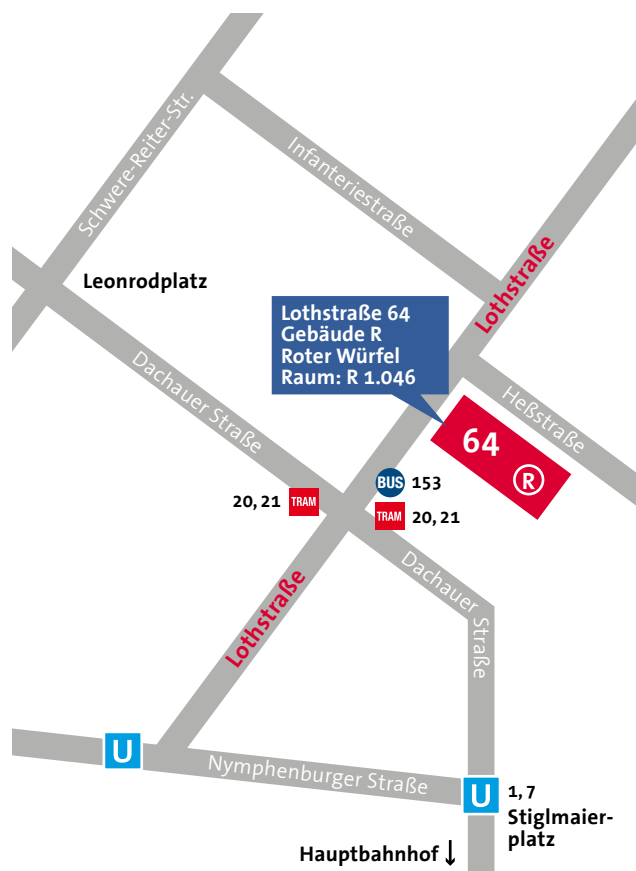
FILM

Mind & Life – early dialogues

Die frühen »Mind and Life«-Gespräche zwischen dem Neurobiologen und Philosophen Francisco Varela, weiteren führenden Wissenschaftlern und dem Dalai Lama waren wegweisend für das hohe Niveau der heutigen »Mind and Life«-Gespräche. Sie fanden seit 1987 mehrere Tage lang statt. Es wurden Themen diskutiert, die heute noch brisant sind, wie »heilende Emotionen«, »Bewusstsein beim Schlafen, Träumen und Sterben« oder »Altruismus, Ethik, Mitgefühl«. Eines der Kernthemen dieses Dokumentarfilms von Franz Reichle und Juliette Forster ist die Verständigung zwischen den verschiedenen Kulturen – ein Problem, mit dem wir heute fast täglich gefordert sind.

www.franzreichle.ch/#mindlife

Ort der Veranstaltungen:
Hochschule München
Gebäude R, Lothstr. 64,
80335 München
Roter Würfel, R 1.046



Anfahrt: Tram 20/21 (Haltestelle: Lothstraße)
Bus 153 (Haltestelle: Hochschule München)
U-Bahn U1/U7 (Haltestelle: Mailingstraße,
10 Minuten Fußweg)

Kontakt: Prof. Dr. Andreas de Bruin
E-Mail: andreas.de_bruin@hm.edu

Donnerstag | 13. Dezember 2018 | 19 Uhr

AUDIOVISUELLER WORKSHOP

Meditation and Art – die Malerei der großen Meister bewusst wahrnehmen

Vor allem Neurowissenschaftler haben sich seit den Siebzigerjahren eingehend mit Meditationsforschung beschäftigt und herausgefunden, dass Meditation nicht nur Geist und Körper entspannt, sondern Funktionen des Gehirns insgesamt verändern kann. Es zeigt sich, dass Achtsamkeit und Meditation auch einen positiven Effekt auf die Konzentration und Wahrnehmung haben. Wie diese Ansätze genutzt werden können für die Betrachtung von Malerei, insbesondere in Museen, soll im audiovisuellen Workshop beleuchtet werden. Im Mittelpunkt stehen Werke der großen Meister aus der Renaissance (Leonardo da Vinci, Raffael, Tizian, Veronese, Botticelli, Mantegna und Bellini) sowie aus dem Goldenen Jahrhundert der Niederlande (Rembrandt).

www.hm.edu/meditationsmodell (> Profilsseite > Meditation and Art)

Donnerstag | 31. Januar 2019 | 19 Uhr

FILM

Athos – Im Jenseits dieser Welt

Die Halbinsel Athos in Griechenland ist eines der letzten Geheimnisse Europas: Dort leben über 2000 Mönche abgeschieden von der Außenwelt. Nur Arbeiter und Pilger erhalten ein Visum, Frauen ist der Zutritt untersagt, Touristen sind nicht erwünscht. Die Mönchsrepublik lockt Menschen an, denen im modernen Leben etwas fehlt. Der Film gibt Einblick in den Alltag dreier Athos-Mönche. Ihr Leitmotiv: der Weg, den wir Menschen finden und gehen müssen – jeder für sich. »Erst müssen wir unsere eigenen Seelen heilen, dann können wir anderen helfen«, ist eine der Kernbotschaften von Vater Galaktion, einem Einsiedler am Heiligen Berg.

www.athos-derfilm.de



Vorträge und Filmvorführungen im Rahmen des Programms »Achtsamkeit und Meditation im Hochschulkontext – Das Münchner Modell«

Filme: englischer Originalton
deutsche Untertitel

Die Veranstaltungen sind
öffentlich und kostenlos.
Eine Anmeldung ist nicht
erforderlich.

Referent: Prof. Dr. Andreas de Bruin

Donnerstag | 11. April 2019 | 19 Uhr

FILM

Speed – Auf der Suche nach der verlorenen Zeit

Wir sparen ständig Zeit. Trotzdem haben wir am Ende immer weniger davon. Im Takt der elektronischen Kommunikationsmittel hetzen wir von einem Termin zum anderen. Doch für die wirklich wichtigen Dinge, wie Freunde und Familie scheint die Zeit nicht mehr zu reichen.

In seinem Kinodokumentarfilm *Speed* begibt sich der Filmemacher und Autor Florian Opitz auf die Suche nach der verlorenen Zeit. Wo ist nur die Zeit geblieben, die wir mühsam mit all den neuen Technologien und Effizienzmodellen eingespart haben?

Opitz trifft Menschen, die die Beschleunigung vorantreiben, und solche, die sich trauen, Alternativen zur allgegenwärtigen Rastlosigkeit zu leben. Dabei entdeckt er: Ein anderes Tempo ist möglich, wir müssen es nur wollen. www.camino-film.com/filme/speed-auf-der-suche-nach-der-verlorenen-zeit

Donnerstag | 23. Mai 2019 | 19 Uhr

FILM

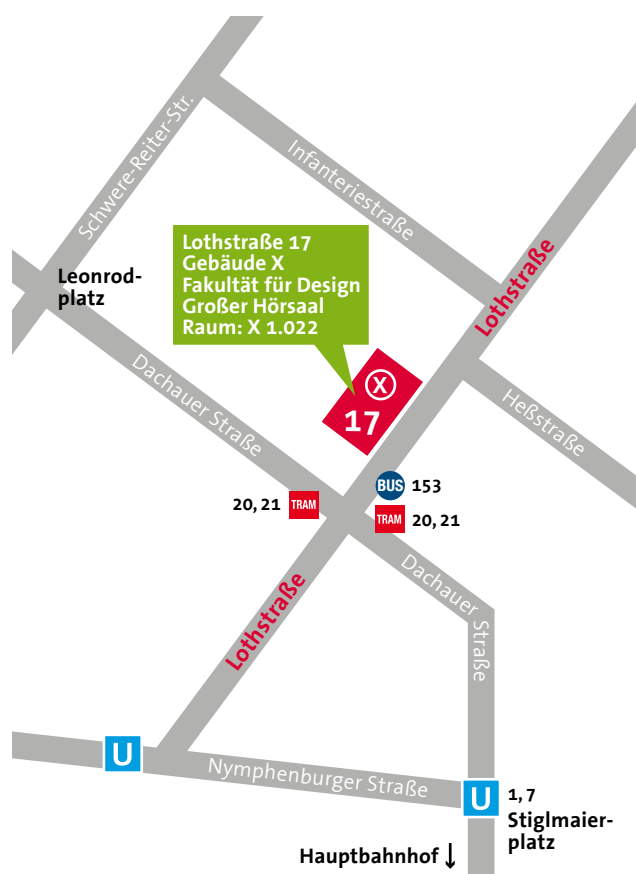
Zeit für Stille

In seinem Film *Zeit für Stille* erforscht Patrick Shen auf meditative Weise unsere Beziehung zu Stille, Geräuschen und dem Einfluss von Lärm auf unser Leben.

Der Film nimmt uns mit auf eine faszinierende filmische Reise um die Welt: Von einer traditionellen Teezeremonie in Kyoto auf die Straßen der lautesten Stadt der Welt, Mumbai, während der wilden Festzeit. Der Zuschauer wird dazu angeregt, Stille zu erfahren und die Wunder unserer Welt wahrzunehmen.

<https://mindjazz-pictures.de/filme/zeit-fuer-stille>

Ort der Veranstaltungen:
Hochschule München
Gebäude X, Lothstr. 17,
80335 München
Fakultät für Design
Großer Hörsaal
Raum X 1.022



Anfahrt: Tram 20/21 (Haltestelle: Lothstraße)
Bus 153 (Haltestelle: Hochschule München)
U-Bahn U1/U7 (Haltestelle: Mailing Straße,
10 Minuten Fußweg)

Kontakt: Prof. Dr. Andreas de Bruin
E-Mail: andreas.de_bruin@hm.edu

Donnerstag | 6. Juni 2019 | 19 Uhr

FILM

From Business to Being

Der Film *From Business To Being* erzählt die Geschichte dreier Führungskräfte, die sich auf die Suche nach Wegen aus dem »Hamsterrad des Getriebenseins« gemacht haben: ein ehemaliger Investmentbanker bei Lehman Brothers, ein Großprojektmanager der Automobilindustrie und ein Gebietsverantwortlicher der dm-Drogeriemarktkette. Ihre Motivation: der Wunsch nach mehr Begeisterung, Sinnhaftigkeit und Authentizität bei ihrer Arbeit. Einfühlsam und ohne Tabus gewähren die Filmemacher Hanna Henigin und Julian Wildgruber tiefe Einblicke in die Gefühlswelt der sonst so abgeriegelten Welt der Businessleader und gehen der Frage nach, inwieweit die Krisen der heutigen Arbeitswelt Bewusstseinskrisen sind. Können Meditation und Bewusstseinstraining dabei helfen, sich von stresserzeugenden Denk- und Handlungsmustern zu befreien und zu sich selbst zu finden?

<http://business2being.com/de>

Donnerstag | 11. Juli 2019 | 19 Uhr

FILM

Die stille Revolution

Die Arbeitswelt steht vor einem nachhaltigen Kulturwandel. Alte Denkmuster und Verhaltensweisen brechen immer mehr auf, junge Menschen sehnen sich nach mehr Menschlichkeit und Seele in ihrem Arbeitsumfeld.

Der international ausgezeichnete Dokumentarfilm zum Kulturwandel in der Arbeitswelt von Regisseur Kristian Gründling hinterfragt, inspiriert und wühlt auf. Auf seinem Weg begleitet wird Upstalsboom-Geschäftsführer Bodo Janssen, der nach einer vernichtenden Mitarbeiterbefragung sein Unternehmen von Grund auf verändert. Der Film zeigt am Beispiel des Anbieters für Hotels und Ferienwohnungen die Ergebnisse eines spektakulären Kulturwandels, die das Potenzial haben, unser gewohntes Bild von Arbeit und Wirtschaft nachhaltig zu verändern.

www.die-stille-revolution.de