

Neue Bücher im Origo Verlag

Frühjahr 2024



Rients R. Ritskes

Lerne zu denken, was du denken willst

Ein Basisbuch für Zen-Training



Zen regt bei Praktizierenden schon seit Jahrhunderten heilsame Prozesse an, doch was steckt dahinter? Rients R. Ritskes gibt entlang des Weges traditioneller Zen-Praktiken wie Meditation, Zen-Rituale und Koan Antworten auf diese Frage und kombiniert sie mit westlichen Perspektiven – alltagsnah und zugänglich.

Rients R. Ritskes vermittelt in diesem Buch praxisrelevante Kenntnisse zum Zen für alle Zen-Interessierten, Meditierenden und solche, die es werden wollen. Klar und zugänglich erklärt er traditionelle Konzepte wie Erleuchtung und Koans und erläutert den physischen Aspekt des Zen durch Informationen zu Stress- und Glückshormonen sowie zur Körperhaltung während der Meditation. Der mentale Aspekt des Zen wird in Kapiteln über Symbolsprache und die Verarbeitung von Erfahrungen deutlich. In anschaulichen Darstellungen zu Zen-Ritualen vereint Ritskes schließlich physische und mentale Aspekte. Das Buch bietet eine umfassende Übersicht über die Zen-Praxis und kombiniert nachvollziehbar Anekdoten, Theorie und wissenschaftliche Erkenntnisse. Geeignet für alle, die einen praktischen und alltagsnahen Zugang zu Meditation, Spiritualität und Zen suchen.

Band 1 und 2 zusammen
Ca. CHF 48.00 | EUR 48.00 (D)

ISBN 978-3-282-00207-8



Presseschwerpunkt.

Rients R. Ritskes

Lerne zu denken, was du denken willst

Übersetzt aus dem Niederländischen von
Michel Keil

Illustrationen von Daido Maas

Aktualisierte und erweiterte deutsche Ausgabe

Ca. 317 Seiten, Klappenbroschur

Ca. CHF 24.90 (UVP) | EUR 24.90 (D) | EUR 25.60 (A)

Auch als E-Book lieferbar

Erscheint am 15. März 2024

ISBN 978-3-282-00203-0



Rients R. Ritskes

Lerne zu fühlen, was du fühlen willst

Zenvoll mit Emotionen umgehen. Ein Basisbuch für Zen-Training, Band 2



Emotionen. Über kaum ein psychisches Phänomen sind wir uns so bewusst, wie das, was wir als «Emotionen» bezeichnen. Das mag daran liegen, dass wir uns ihnen oft ausgeliefert fühlen. Rients R. Ritskes zeigt in diesem Buch, wie Zen Ruhe und Übersicht in die oft überwältigende Welt der Emotionen bringen kann. Praxisnah und anhand einleuchtender Theorie und Wissenschaft wird deutlich: Das Erforschen seiner Emotionen ist das Erforschen seiner Ziele.

Rients R. Ritskes beschreibt in diesem Buch, wie Zen Klarheit in die verwirrende Realität der Gefühle und Emotionen bringen kann. Diese Klarheit ermöglicht es uns, die Verstrickungen mit uns selbst und anderen zu lösen. Die gegebenen Definitionen von «Fühlen» und «Emotionen» sind so praktisch wie innovativ, die Perspektiven auf Emotionen wie Wut, Neid, Traurigkeit und Liebe so erhellend wie einleuchtend. Viele Menschen glauben, dass es im Zen-Buddhismus kaum oder gar nicht um Gefühle und Emotionen geht, ist doch das Bild eines klassischen Zen-Meisters eher regungslos und erhaben. Das vorliegende Buch zeigt, dass der Schein trügt. Es liest sich wie ein Reiseführer durch die eigene Gefühlswelt aus Zen-Perspektive. Es richtet sich nicht nur an bereits Meditierende, sondern auch an alle, die diesen Weg kennenlernen wollen. Ritskes bekannt bodenständiger und klarer Schreibstil, untermauert mit vielen praktischen Beispielen, Wissenschaft und Theorie, sorgt dafür, dass sich jeder schnell in der Welt der Gefühle und Emotionen zu Hause fühlt.

Presseschwerpunkt.

Rients R. Ritskes

Lerne zu fühlen, was du fühlen willst

Übersetzt aus dem Niederländischen von Michel Keil

Illustrationen von Daido Maas

Aktualisierte und erweiterte deutsche Ausgabe

Ca. 292 Seiten, Klappenbroschur

Ca. CHF 25.90 (UVP) | EUR 25.90 (D) | EUR 26.70 (A)

Auch als E-Book lieferbar

Erscheint am 15. März 2024

ISBN 978-3-282-00202-3

Band 1 und 2 zusammen

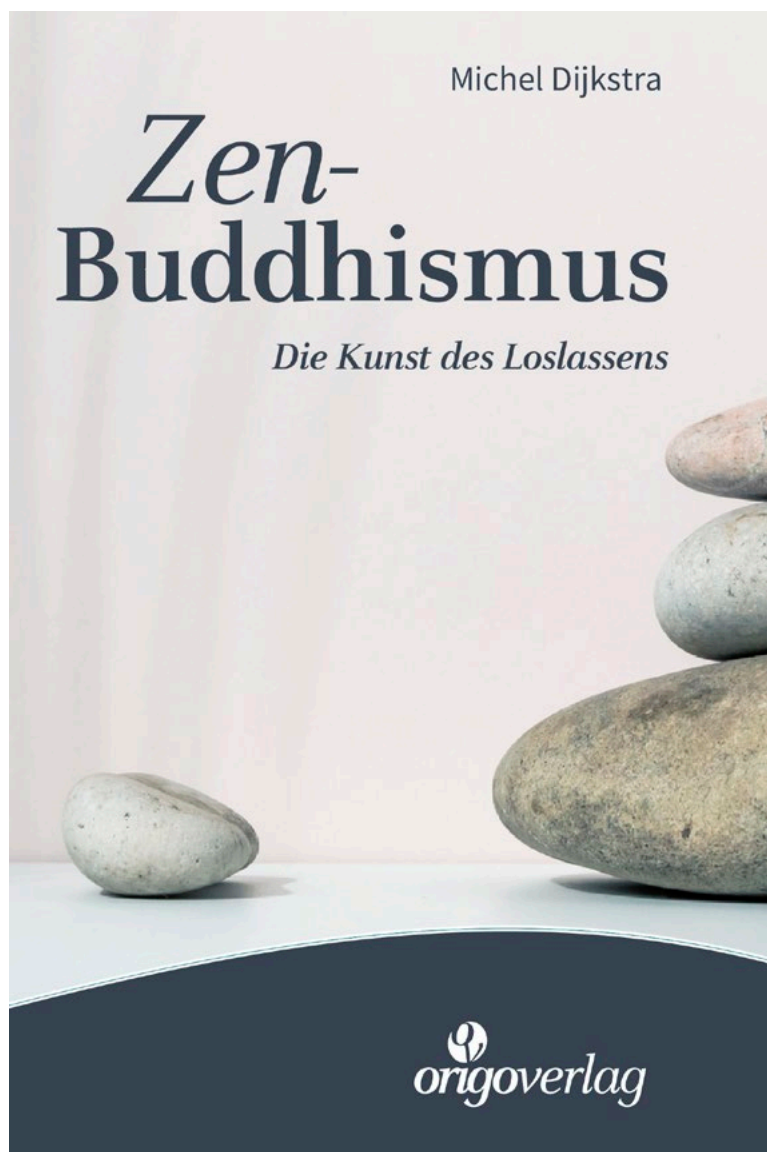
Ca. CHF 48.00 | EUR 48.00 (D)

ISBN 978-3-282-00207-8



Michel Dijkstra Zen-Buddhismus

Die Kunst des Loslassens



Der Zen-Buddhismus erlebt im Westen gegenwärtig eine neue Blütezeit. Immer mehr Meditationskurse, Retreats, evidenzbasierte Psychotherapieverfahren und sogar Führungskräftetrainings beziehen sich auf diese Tradition.

Bisher fehlte es dem deutschsprachigen Raum jedoch an einem kurzen, leichtfasslichen und fundierten Überblick über die philosophischen Wurzeln und Entwicklungen des Zen. In «Zen-Buddhismus» gelingt es dem Experten für östliche Weisheitslehre, Dr. Michel Dijkstra, diese Lücke zu schließen. Der Philosoph erläutert eindrucksvoll die wichtigsten Persönlichkeiten der Zen-Tradition, die bedeutendsten philosophischen Strömungen, die Einfluss auf die Entstehung des Zen-Buddhismus nahmen sowie die Transformation des Zen-Buddhismus im Rahmen eines breiteren historischen Kontextes. Dijkstra greift dabei immer wieder die sozialpolitischen Entwicklungen der jeweiligen Epoche auf und scheut auch nicht die kritische Würdigung der institutionellen Rolle des Zen.

Neu in der deutschen Ausgabe sind exklusive Passagen über Zen-Frauen als moderner Kontrast zu den in spirituellen Traditionen häufig übersehenen weiblichen Persönlichkeiten. Darüber hinaus findet sich in «Zen-Buddhismus» ein an den deutschsprachigen Markt gänzlich angepasstes Quellenverzeichnis.

Pressearbeit.

Für ausgewählte Orte steht der Autor für Veranstaltungen zur Verfügung.

Michel Dijkstra
Zen-Buddhismus. Die Kunst des Loslassens

Übersetzt aus dem Niederländischen von Michel Keil.

Aktualisierte und erweiterte deutsche Ausgabe

Originaltitel: Zenboeddisme

Ca. 256 Seiten, Klappenbroschur

Ca. CHF 25.90 (UVP) | EUR 25.90 (D) | EUR 26.70 (A)

Auch als E-Book lieferbar

Erscheint am 24. Februar 2024

ISBN 978-3-282-00206-1



Walpola Rahula **Was der Buddha lehrt**



Eine klare, leichtfassliche und fundierte Darstellung der grundlegenden Sätze der buddhistischen Lehre, so wie sie uns nach den ältesten Texten – im Sanskrit als «Die Tradition» (Agama) und im Pali als «Der kanonische Text» (Nikaya) bezeichnet – überliefert worden ist. Unterstützt wird diese Einführung von einem grossen Teil authentischer Quellen, die der Autor für sich sprechen lässt.

Ein unverzichtbares Buch für alle, die tiefer in die Zusammenhänge der buddhistischen Denk- und Ansichtsweise eintauchen wollen.

Bereits ausgeliefert
Unser Presseschwerpunkt

Walpola Rahula
Was der Buddha lehrt

7. Auflage (Neuausgabe). 220 S., 1 Illustration,
Hardcover mit Schutzumschlag
CHF 39.00 (UVP) | EUR 39.00 (D/EU) | EUR 40.10 (A)

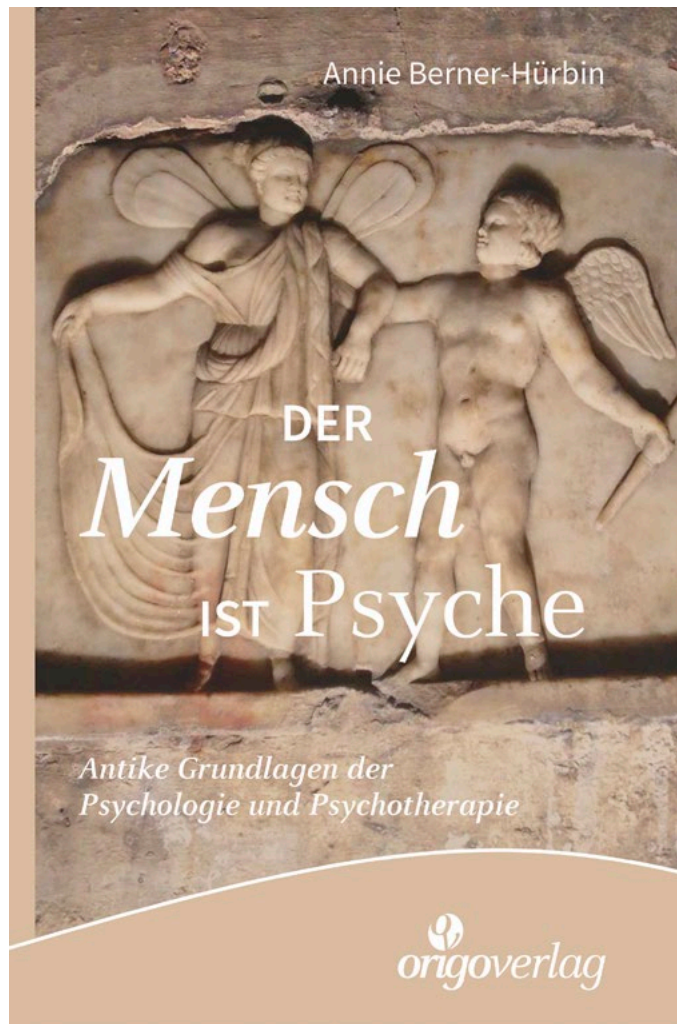
ISBN 978-3-282-00038-8



Annie Berner-Hürbin

Der Mensch ist Psyche

Antike Grundlagen der Psychologie
und Psychotherapie



Das neue Buch von Annie Berner-Hürbin zeigt Psyche- und Bewusstseinsvorstellungen, die für die heutigen Therapien bedeutsam sind: denn die antike Psychotherapie birgt einzigartiges, unerkanntes Wissen, vom Unbewussten bis zum Überbewusstsein.

Ein Schwerpunkt ist die früheste Darstellung des Psyche-Modells als Chakrensystem, sowie die damit verbundenen Emotionen, versteckt im Hadesgang des Odysseus. Hochaktuell ist ferner der Versöhnungsprozess der Erzfeinde Priamos und Achilles, wo Wut und Rache überwunden und in Empathie und Respekt überführt werden: die Wandlung der emotionalen Energie in einem geführten Weg. Dabei werden Voraussetzungen für die heutige Krisenbewältigung und die psychisch-geistige Entwicklung erarbeitet.

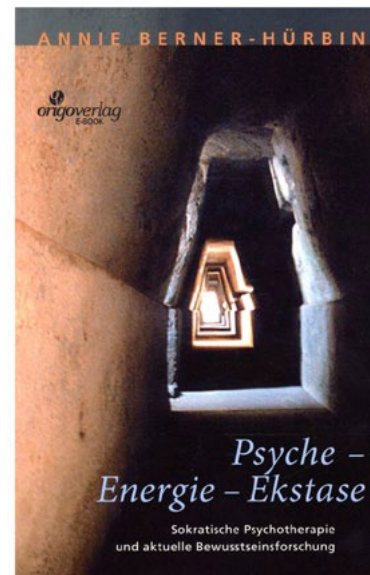
Lieferbar.
295 S., 51 Farb- und sw-Abb., Hardcover
CHF 48.00 | EUR 48.00
Auch als E-Book lieferbar
ISBN 978-3-282-00132-3



Lieferbar

Annie Berner-Hürbin
Psyche – Energie – Ekstase

Sokratische Psychotherapie und aktuelle
Bewusstseinsforschung



Die antike Psychotherapie ist nicht nur hochdifferenziert, sie birgt auch einzigartiges Wissen um Erfahrungen von Überbewusstsein und Spiritualität. Das Buch von Annie Berner-Hürbin zeigt in sechs Therapiephasen, wie heute kaum mehr zugängliche Zonen erweiterten Bewusstseins neu zu entdecken und z.B. in Ausnahmezuständen wie subtiler Erotik, Mystik, Drogenerfahrung oder Psychose zu erahnen sind. Wohl sind die Markierungen dieses faszinierenden Parcours bis heute überliefert («ich weiß, dass ich nichts weiß»), doch sind es letztlich nur noch die Hülsen einst überwältigender Erfahrungen, die sich transkulturell auch mit mythischen Bildern vergleichen und mit therapeutischen Tiefenkonzepten überprüfen lassen. Eine Entdeckungsreise zu den Geheimnissen der antiken Psychotherapie.

Lieferbar.
592 S., 48 sw-Abbildungen, Hardcover
CHF 58.00 | EUR 58.00
Auch als E-Book lieferbar
ISBN 978-3-282-00130-9



Friedrich Weinreb

Wie sie den Anfang träumten

Überlieferungen vom Ursprung des Menschen



In diesem Buch zeigen sich für den Menschen die Zusammenhänge zwischen Traum, Mythos und Erkenntnis. Friedrich Weinreb, ein Kenner mythischer Erzählungen aus jüdischen Quellen übersetzt diese in eine zeitgemäße Sprache.

Die Welt der Mythen steht unserer Traumwelt nahe. Traumdeutung könnte durch diese überlieferten jüdischen Mythen vom Anfang der Menschen eine weitere Dimension erhalten und zeigen vielleicht seine lebendige Struktur jedes einzelnen.

Friedrich Weinreb

Wie sie den Anfang träumten

2. Auflage. 166 S., Klappenbroschur

Ca. CHF 22.00 (UVP) | EUR 22.00 (D) | EUR 20.60 (A)

Lieferbar ab 24. Februar 2024

ISBN 978-3-282-00010-4



Origo Verlag
wissenverbindet GmbH
Rathausgasse 30
CH-3011 Bern
Telefon 0041 (0)31 311 44 80
Telefax 0041 (0)31 311 44 70
E-Mail: info@origoverlag.ch
www.origoverlag.ch

Auslieferung Schweiz

Origo Verlag
Wissenverbindet GmbH
Rathausgasse 30
CH-3011 Bern
Telefon 0041 (0)31 311 44 80
Telefax 0041 (0)31 311 44 70
E-Mail: info@origoverlag.ch
Ansprechpartner: Roman Wild

Auslieferung Deutschland und Österreich

Westarp Verlagsservicegesellschaft mbH
Kirchstr. 5
D-39326 Hohenwarsleben
Deutschland
Telefon: 0049 (0)39204 850-20
E-Mail: va@westarp.de

Presse

BUCHCONTACT
Rosastr. 21
D-79098 Freiburg
Deutschland
Fon: 0049 (0) 761-29604-0
Fax: 0049 (0) 761-29604-40
E-Mail: buchcontact@buchcontact.de

Barsortiment

Schweizer Buchzentrum
Industriestrasse Ost 10
4614 Hägendorf
Telefon 062 209 26 26

Bitte bestellen Sie zu Reisekonditionen bei:

Origo Verlag
Rathausgasse 30
3011 Bern
info@origoverlag.ch
www.origoverlag.ch

Preisänderungen vorbehalten