

# Wirklich guter Stoff

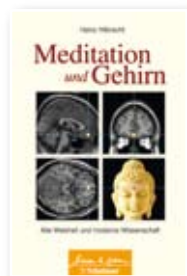
## Die vermeintliche **Wirklichkeit**

Entspricht das, was wir glauben zu wissen und zu sehen, der Wirklichkeit? Oder ist es nicht viel eher so, dass jeder seine eigene Wirklichkeit konstruiert, in Abstimmung mit seiner Umwelt? Paul Watzlawick, österreichischer Wissenschaftler und Autor, führt uns mit zahlreichen unterhaltsamen – und wahren – Geschichten zur Einsicht, dass Wirklichkeit individuell ist. In den Ausführungen zu «Konfusion» geht es um paradoxe Phänomene, die uns in ihrer Widersprüchlichkeit an unserer Wahrnehmung zweifeln lassen. Das fängt bei der Sprache an, wo

zum Beispiel ein Satz je nach Betonung einen ganz anderen Sinn erhält. Der Abschnitt über «Desinformation» untersucht, wie wir unsere Wirklichkeit laufend mittels Trial & Error selbst formen und unsere Wahrnehmungskompetenz schärfen. Was für uns wirklich ist, so zeigt der dritte Teil «Kommunikation», ist das Ergebnis zwischenmenschlicher Kommunikation und deshalb auch abhängig von unsere Umfeld.

Ein unterhaltsamer Klassiker über die (vermeintliche) Wirklichkeit.

Paul Watzlawick: **Wie wirklich ist die Wirklichkeit?**  
Piper Verlag 2005, 256 S., Fr. 15.90 / 9,95 Euro.



## Die **Realität** erkennen

Meditation wirkt auf die Hirnstruktur und verändert sie. Wer regelmässig praktiziert, kann nicht nur Stress und Ängste abbauen, sondern dringt auch in das eigentliche Denken vor, ins Unbewusste, wo im Gehirn die Entscheide getroffen werden. Meister der Meditation berichten seit über 2000 Jahren, dass sie die Welt mit anderen Augen sehen. Inzwischen nimmt sich auch die Forschung dem Phänomen Meditation an. Der Naturwissenschaftler Heinz Hilbrecht meditiert seit über 30 Jah-

ren. Diese Erfahrung gibt er in seinem Buch «Meditation und Gehirn» an die Leser weiter, was das Buch gerade auch für Menschen, die regelmässig meditieren, wertvoll macht. Wer damit anfangen will, findet eine Anleitung, wobei Hilbrecht auch an diejenigen denkt, die erst vor dem Schlafen gehen Zeit finden.

Heinz Hilbrecht: **Meditation und Gehirn. Alte Weisheit und moderne Wissenschaft.** Schattauer Verlag 2010, 220 S., Fr. 29.90 / 19,95 Euro.



## **Wahrnehmung** schärfen

Eine Frau im Gorillakostüm wird in einen Raum geschickt, in dem Menschen damit beschäftigt sind, auf einem Videoschirm ein Basketballspiel zu beobachten. Nur die Hälfte wird sich nachher an das auffällige Wesen erinnern können. Dieses und andere Experimente zeigen, wie selektiv unsere Wahrnehmung ist und mehr auf dem beruht, was wir meinen, sehen oder glauben als auf dem, was tatsächlich vor unseren Augen passiert. Jeder nimmt Dinge anders wahr - aber auch Sachverhalte. Unsere Wahrnehmung ist die Basis für unsere unterschiedlichen Lebenshaltungen und Entscheidungsfindungen. Vieles, was wir glauben zu wissen, beruht auf einer Illusion. Je mehr wir auf etwas fokussieren, umso enger wird unser Blickfeld und desto mehr entgeht uns. Nicht nur Bilder können trügerisch sein, auch selbstbewusstes Auftreten wird oft mit Kompetenz verwechselt. Die Autoren Christopher Chabris und Daniel Simons bringen unsere Eigenwahrnehmung ins Wanken, bieten aber auch Anleitung, um unser Bewusstsein zu schärfen.

Christopher Chabris, Daniel Simons: **Der unsichtbare Gorilla. Wie unser Gehirn sich täuschen lässt.** Piper Verlag 2010, 395 S., 32.90 Fr. / 19,95 Euro.

Neue Bücher\_Stars\_E-Books\_Schweizer Buchmesse  
Cosplay\_Crime\_Internationales Buch- und Literaturfestival  
BuchFest\_Lesungen\_Schweizer Buchpreis\_Visionen  
Lyrik\_Symposion ,Zukunft Lesen‘\_Poetry Slam

18. bis 20. November 2011  
Messe Basel [www.buchbasel.ch](http://www.buchbasel.ch)



## Traummaschine Kino

«Kino ist die ultimative verdorbene Kunst. Es gibt dir nicht wonach du begehrt – es sagt dir wie man begehrt.» Das Zitat stammt vom slowenischen Philosophen Slavoj Zizek, der als einer der wichtigsten Kulturtheoretiker unserer Zeit gilt. Seine Abhandlung über das Kino «The Pervert's Guide to Cinema» wurde verfilmt – mit Zizek in der Hauptrolle. In der 150-minütigen Dokumentation führt uns Zizek durch die Filmgeschichte, in dem er 43 Klassiker wie Blue Velvet, Alien, Der grosse Diktator, Der unsichtbare Dritte oder

Eyes Wide Shut zu Schauplätzen werden lässt. Statt Nemo sitzt da also plötzlich Zizek Morpheus in Matrix gegenüber. In rasantem Tempo wechseln Filme, Schauplätze und Geschichten, und im selben Tempo konfrontiert uns Zizek mit Fragestellungen, philosophischen und psychologischen Theorien. Er präsentiert dadurch, was das Kino mit dem Zuschauer macht. Ein Klassiker, den jeder Filmliebhaber gesehen haben sollte.

[www.thepervertsguide.com](http://www.thepervertsguide.com)

**The Pervert's Guide to Cinema.** Regie: Sophie Fiennes. mit: Slavoj Zizek. Grossbritannien 2006, 150 min.

## Kunst in der Luft

Es sei eine geistige Mutprobe, wenn er in schwindelerregender Höhe an einem Gebäude hängt, sagt der Performance-Künstler Heinrich Lüber. Die Filmemacherin Anna-Lydia Florin hat den Basler bei den Vorbereitungen und seinen Performances begleitet. Entstanden ist eine Künstler-Dokumentation über einen Mann, der die Gesetze der Physik ausser Kraft zu setzen scheint. Lübers Aktionen faszinieren, irritieren und lassen uns immer wieder an der Wirklichkeit zweifeln. Die Bilder wirken denn manchmal auch fast unwirklich schön, sind rührend und fesselnd.

**Lüber in der Luft.** Künstler-Doku. Regie: Anna-Lydia Florin. mit: Heinrich Lüber. Schweiz 2007, 81min.

## Wenn aus Utopie Wirklichkeit wird

Im Klassiker «1984» aus dem Jahr 1948 beschreibt George Orwell (der eigentlich Eric Arthur Blair hiess und zwei Jahre nach Vollendung seines Werks starb) den Schrecken eines totalitären Überwachungsstaates, in dem es keine äussere und innere Freiheit mehr gibt.

Hauptfigur Winston Smith ist Beamter im Wahrheitsministerium. Zusammen mit Julia, seiner Geliebten, lehnt er sich gegen die verlogene Diktatur auf. Doch ihr Betrug bleibt nicht unentdeckt und sie werden gefoltert.

War «Big brother is watching you» 1948 noch eine dü-

stere Vision, ist sie heute traurige Wirklichkeit geworden. Ein Klassiker, dessen Warnung vor totalitären Systemen zeitlos ist.

George Orwell: **1984.**

Ullstein Verlag 2007, 288 Seiten, Fr. 16.90 / 9,95 Euro.

# Syntropia

fon: 061 51 - 42 89 10  
fax: 061 51 - 42 89 1-10  
mail: [info@syntropia.de](mailto:info@syntropia.de)

Telefonzeiten: Mo. - Fr. 9:00 - 18:00 Uhr  
Versandkostenfreie Lieferung in Dtl.!!  
3.000 CDs mit Hörproben im Internet

[www.syntropia.de](http://www.syntropia.de)  
AUSGESUCHTE NAHRUNG FÜR DEN GEIST



### Ausgeklinkt - Volksvertreter ohne Volk

Die demokratische Krise als Chance für einen neuen Aufbruch  
von Martin Exner

Politik und Spiritualität ist kein Gegensatz. Vielmehr führt erst gelebte Spiritualität zu einer Politik, die den menschlichen Bedürfnissen gerecht wird. Der Titel versucht dieses Gedankengut verständlich an den Leser zu vermitteln.

2011, 260 S., kart.,

19,90 €



### Die feinstoffliche Lebensenergie

Theorie und Praxis subtiler Kräfte und Wirkungen  
von Silvio Hellemann

Dieses Buch beschreibt die Reise durch die Geschichte der Lebensenergie. Es präsentiert theoretische Erklärungsmodelle und zeigt die praktische Anwendung der feinstofflichen Lebensenergie, eine verlorenglaubte Kraft, die uns umgibt.

230 S. m. Abb., kart.,

15,90 €



### Die Physik des Lebens DVD

Mit Dr. Michael König (Physiker), Alexander Lauterwasser (Philosoph) und Marcus Schmiede (Forscher und Autor) und Prof. Dr. Turtur. Sieben anspruchsvolle und unterhaltsame Filmbeiträge – die man immer wieder ansehen kann (und muss) – wagen sich in die Grenzbereiche von Physik, Medizin und Philosophie.

156 min.,

24,90 €



### Naturwissenschaft und Bewusstsein

Das letzte Geheimnis  
Dieses Buch stellt die modernen Naturwissenschaften auf eine spirituelle Grundlage.

230 S., kart.,

15,90 €



### Das imagami-Prinzip - Seelenbilder der Natur

An vielen Beispielen aus den Kulturen der Welt verdeutlicht der Autor das imagami-Prinzip. Eine besondere Spiegelung sorgt für eine Sphäre von Schönheit.

170 S. m. Abb., geb.,

29,90 €

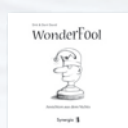


### Papierflieger - Die Reihe Bd. 6 Marginalien

Reminiszenzen zur aktuellen Befindlichkeit derer, die den eigenen Zustand und jenen der Gesellschaft hinterfragen und reflektieren.

96 S., kart.,

19,00 €



### WonderFool

Ansichten aus dem Nichts  
Liebevoll bebildert von Dorit David erzählt das Buch Ansichten aus dem Nichts. Ein Buch für Lebenskünstler/innen und solche, die es werden wollen.

44 S. m. Abb., geb.,

10,90 €



### Grundriss der Heimschen Theorie

Der Autor beschäftigt sich seit Jahren mit der Heimschen Theorie und schreibt einen kurzgefassten Grundriss zu Heims Theorien.

130 S., pb.,

19,20 €



### Spiritueller Hier und Jetzt Taschenkalender 2012

Die Wahrheit ist ein Diamant mit vielen Facetten darum feiert dieser Kalender die grundsätzliche Einheit aller spirituellen Richtungen und Wege.

198 S., geb., m. Lesebl.,

12,80 €