

## Meditation

AUS: MEDITATION ALS HEILKRAFT DER SEELE.  
W. BÜHLER

Die Wucht der naturwissenschaftlichen Vorstellungen mit ihrer klaren Beweisbarkeit, aber auch mit ihrer ganzen Einseitigkeit, überflutet das menschliche Innere.

Die gleichzeitige Überforderung, aber auch die seelische Überfüllung von außen her, z. B. in Gestalt der „Seelennahrung“ der Massenmedien, erzeugt ein Ungleichgewicht zwischen uns und der Welt.

Der Meditation kommt eine wesentliche Bedeutung zu; sie ist ein Gang nach innen, der den geistigen Wesenskern unseres Selbstes aufruft, das in ihm gepflanzte „Himmelslicht“ zum Aufleuchten zu bringen.



# EINGEKUSCHELT IN DEN HERBST MIT RIEGER NATURWAREN



UNSER SORTIMENT BEINHALTET TEXTILIEN AUS SCHURWOLLE: SOCKEN, JACKEN, MÄNTEL, KISSEN, DECKEN... AUCH FÜR KINDER.

## *„Filz von Sinnen“*



# Aus unserem Buchsortiment

KINDERBÜCHER - GESUNDHEIT - WALDORFPÄDAGOGIK - BIOGRAPHIE - ERNÄHRUNG - MEDITATION - NATUR - EURYTHMIE - GESELLSCHAFT - ANTHROPOSOPHIE - INFO3 - VORHANG AUF

## Kinderbücher & Meditation



### KINDERBÜCHER

**Daniela Drescher: Komm mit ins Reich der Zwerge**  
Im Zwergenreich lassen sich viele verborgene Wunder und Schätze entdecken.

**Daniela Drescher: Giesbert in der Regentonne**  
Der Wicht Giesbert zieht in die Regentonne ein und lernt die andern Bewohner des Gartens kennen. Mit seiner ansteckenden Unternehmenslust gewinnt er schnell die Herzen seiner neuen Nachbarn.

**Daniela Drescher: Giesbert hört das Gras wachsen**  
Das zweite Buch über Giesbert, der mit seiner charmanten Art für fast alles eine Lösung findet.

**Daniela Drescher: Giesbert und der Gluckerbach**  
Bei seinen turbulenten Abenteuern am Gluckerbach findet Giesbert viele neue Freunde und stellt wieder unter Beweis, dass er ein Wicht der ganz besonderen Art ist.

**Tanja Berlin: Frühling, Sommer, Äpfel, Winter – das kreativ-köstliche Jahreszeitenbuch**  
Ein Buch, welches zum kreativen und genussvollen Erleben des Jahreslaufes mit der ganzen Familie einlädt.

### MEDITATION

**Henning Köhler: Individuelle Entfaltung – was heißt das eigentlich – über das Ich-Rätsel in der Biografie**  
Ein Versuch in drei Akten, die menschliche Biografie – unter vorsichtiger Einbeziehung transzendenter Gesichtspunkte – vorrangig als Drama des Autonomiestrebens zu beschreiben.

**Laszlo Boszurmenyi: Mondlicht, Sonnenlicht – Die Umkehr zur Quelle der wissenschaftlichen Denkweise**  
Mondlicht und Sonnenlicht stehen in diesem Buch für eine Wissenschaft, die das Denken vergessen hat, und für ein Denken, das sich seines eigenen spirituellen Ursprungs bewusst werden möchte.

**Andreas Heertsch: Geistige Erfahrung im Alltag – eine Einladung**  
A. Heertsch spricht eine lebenspraktische Einladung aus, selbst zu einer Entdeckungsreise in das Gebiet der höheren Wahrnehmungs- und Erkenntnisfähigkeit aufzubrechen.

**Peter Selg: „...die beseelte Menschen-sonne“ - Eine Herzmeditation Rudolf Steiners**  
R. Steiner gab vielen seiner Schüler unterschiedliche, auf ihr eigenes Wesen abgestimmte Meditationen.

**L. F. C. Mees: Der bekleidete Engel**  
Für Minerale, Pflanzen und Tiere gilt, dass sie sind; der Mensch ist nicht, er wird.

**Fritz Helmut Hemmerich: Meditation Herzkraftfeld – Sprung in die Freiheit – Grundlage lebendigen Denkens und Fühlens**  
Dieses Buch ist nicht nur zum Lesen gedacht. Es ist ein Buch, mit dem man eine Zeitlang „leben“ muss, damit sich einem der Inhalt und das Wesentliche, über den Inhalt hinaus erschließt.

**Heinz Grill: Der freie Atem und der Lichtseelenprozess. Der Neue Yogawille in seiner Beziehung zur Anthroposophie**  
Das Buch beschreibt eine bewußtseinsaktive, ästhetische und regenerierende Übungsweise mit Körper- und Atemübungen auf spiritueller Grundlage.

# Neuerscheinungen



**Steffen Hartmann: Engel Denken – Ein Erkenntnisweg**  
Dieses Buch entwickelt eine Gedankenleiter, über welche man den Engelwelten verstehend näher kommen kann.

**Ingeborg Poppe: Frühes Christentum in Mecklenburg und Vorpommern durch das Wirken des Gotenbischofs Wulfila**  
Den Goten kam als erstem germanischen Volk die Aufgabe zu, sich mit den Christentum zu verbinden und es an die anderen germanischen Völker weiterzugeben.

**Volker Fintelman: zufrieden alt werden – Von der Freiheit, alt sein zu dürfen**  
Dieses Buch macht Mut, den ganz eigenen Weg durch den Herbst des Lebens zu suchen.

**Sue Stuart-Smith: Vom Wachsen und Werden – wie wir beim Gärtnern zu uns finden**  
Dieses Buch erzählt von Menschen, die beim Gärtnern Heilung finden und zeigt, wie wir Vertrauen und Hoffnung schöpfen, wenn wir die Verbindung zur Natur suchen.

**Hubert Hecker: Gefühl, Farbe, Bewegung**  
Der Fotograf H. Hecker setzt seinen künstlerischen Fokus auf die Eurythmie und zeigt in diesem Buch seine Arbeiten.

**Pirkko-Liisa Sorojegin: Von Fuchs, Wolf und Bär – Tiermärchen aus dem hohen Norden**  
Gesammelte und neu erzählte Tiermärchen aus Finnland.

## DAS LADENTEAM



Heike  
Oster



Maria  
Sinnen



Edith  
Schier



Christoph  
Möllmann



Martina  
Jöns



Anja  
Heuchmer



WIR BESTELLEN IHNEN GERN JEDES BUCH, AUCH ANTIQUARISCH.

INEKES LÄDCHEN  
Schloss Hamborn 93a  
33178 Borcheln  
0 52 51/69 49 644  
info@inekes-laedchen.de

ÖFFNUNGSZEITEN  
Mo 15.00-17.45 Uhr  
Di, Mi 8.00-11.45 Uhr, 15.00-17.45 Uhr  
Do 9.00-11.45 Uhr  
Fr 15.00-17.45 Uhr  
Sa 9.00-11.45 Uhr, 15.00-18.00 Uhr

Redaktionell verantwortlich: Sophia Jöns, Christoph Möllmann, Toscha Möllmann, Heike Oster, Edith Schier

# Unser Dauersortiment

## 1. Naturbekleidung aus Wolle und Wolle/Seide

Aus den Weckelweiler Werkstätten, Feine Wäsche von Engel (Damen, Herren, Engel Sport), Wollflorprodukte und Wollsocken von Rieger, Handgeschneidertes von Klaudia-Fashion

## 2. Wickel und Auflagen

Hamborner Heilwolle, Bienenwachsauflagen aus eigener Herstellung, Wickel-Set für Leber- und Nierenwickel, Schafgarbentee und Ingwerpulver in mindestens Bio-Qualität, Nierenwärmer

## 3. Körper- und Gesundheitspflege

Trockenbürsten, Haarbürsten (einheimische Hölzer), Haar- und Körperseifen (naturbelassen, z.T. handgemacht), Basenprodukte von Jentschura, Wasserwirbler

## 4. Wandil

Körperöle, Salben, Badezusätze auf Torfölbasis, Textilien und Wolle aus Torffaser

## 5. Eurythmiebedarf

Eurythmieschuhe, Kupferkugeln und -Stäbe, Augenstäbe

## 6. Schmuck und Mineralien

Naturbelassen

## 7. Geschenkartikel

Bienenwachskerzen aus regionaler Herstellung, regionaler Honig in Bio Qualität

## 8. „Filz von Sinnen“

Handgefertigte Unikate

Wärmflaschenhüllen, Sitzkissen, Engel und Elfen, heimische Tiere, Schönes zu den Jahresfesten, Engelkarten

## 9. Karten und Kalender

Kunst- und Fotokarten, Kartenständer aus diversen Hölzern, Kunstdrucke, Briefmarken

## 10. Schulbedarf und Schreibwaren

Wachsmalblöcke und Stifte, Buntstifte, Epochenhefte und Schulhefte, Pastellkreiden, Aquarellfarben und -Papier, Pinsel

## 11. Bücher

Anthroposophie, Medizin, Pädagogik, Lebensfragen, Schöne Kinder- und Jugendbücher.

Wir besorgen gerne alle lieferbaren Bücher. Wir finden für Sie auch vergriffene und antiquarische Titel.



## Heinrich Schirmer: Mein Held legt seine Nerven bloß Erzählung

Der zweiundfünfzigjährige Tübinger Philosophieprofessor und Nietzsche-Spezialist Thomas Seiler gerät in eine tiefe biografische Sinnkrise.

Er verliebt sich in die fünfundzwanzigjährige Studentin Sorah Hanssen, durch die er auch mit Rudolf Steiners Buch Die Philosophie der Freiheit Bekanntschaft macht.

Die Liebe, in allen ihren Schattierungen, und das Bewusstwerden der eigenen Identität und Sterblichkeit sind zwei gleichberechtigte, aber sich ergänzende Wege einer Erkenntnis, nach der sich der schreibende und beschriebene Seiler sehnt.

Er ahnt dunkel, dass die Suche nach sich selbst nur mit dem Einsatz des ganzen Lebens verbunden ist. Ist der imaginierte Tod Thomas Seilers innerhalb der Erzählung ein Erkenntnismoment für den schreibenden Professor, der sich dadurch aus seiner eigenen Krise befreit?

Zum Autor  
Heinrich Schirmer (1952) studierte Germanistik, ev. Theologie, Philosophie und Erziehungswissenschaften in Marburg. Dr. phil., langjähriger Oberstufenlehrer an verschiedenen Waldorfschulen. Zahlreiche Fachpublikationen zur Pädagogik, Literatur und Philosophie.

Die vorliegende Erzählung Mein Held legt seine Nerven bloß ist Heinrich Schirmers erste rein fiktionale Veröffentlichung.

weniger anzeigen  
14,00 Euro, 978-3-89979-336-9



## Achim Elfers: Jedes Wort sei ein Gebet Gedichte

Die Sprache als „Poësie, Begriff und Verstand der Welt“ und als „Brücke über das Vergängliche hinüber“. Die hier versammelten Gedichte geben dem sinnend suchenden Menschen ein Geleit durch die Sprache hindurch in das Reich des Geistes. Meditativ geschieht das Erhöhen der stillen raunenden Worte.

„Im heil'gen Nu: die Wunder-  
schönheit Dessen,  
Das „Ich“ als „nicht Besonderes“  
(v)erachtet,  
Weil Ich im eig'nen Irrlicht' ist  
umnachtet:  
Kann nur an seinen Wünschen All  
ermessen.“

Achim Elfers, Jahrgang 1965, studierte Philosophie, deutsche Sprache und Schrifttum und Musikwissenschaft in Paderborn, Münster, Hamburg. Zahlreiche Veröffentlichungen: Erzählungen, Essays, Gedichte, Romane, Wörterbücher, darunter: „Sprache und bewohnte Welt“ (Sprachphilosophie, 2020) „Delian“ (Roman, 2019), „Die Phrasenfälscher“ (2018), „Der Fall des Deutschen“ (Essay, 2017), „Lehr- und Wörterbuch der Umgangssprache“ (2. Auflage, 2016); alle im Verlag Ch. Möllmann.

16,00 Euro, 978-3-89979-317-8



## Astrid Andersen: Eurythmie für den Rücken 12 Übungen gegen Hal- tungsschäden und Rückenbeschwerden

In der Welt, in der wir leben, ist unsere Aufmerksamkeit - und damit eine gewaltige Hirnleistung - hauptsächlich auf den vorderen Raum ausgerichtet: Autofahren, Computer und Handy benutzen, Fernsehen etc. Das führt uns zwangsläufig in eine Anspannung auf der Sinnesebene, bei der der hintere Raum vernachlässigt wird, oder gar verloren geht. Oft ist das in der Haltung eines Menschen beim Stehen oder auch Gehen zu sehen. Ob aber der Raum hinter dem Rücken durch die Wahrnehmung erhellt ist oder nicht, kommt nicht unbedingt nur durch die physische Haltung zum Ausdruck. Denn durch ein Muskeltraining, bei dem z.B. Maschinen verwendet werden, kann eine sehr aufrechte Haltung künstlich gefördert werden, ohne dass ein durchlebter hinterer Raum da ist. Die Übungen dieses Buches werden darin bestehen, den dreidimensionalen Raum durch strömende und fließende Bewegungen zunächst zu erkunden, um dann wieder in ihm als Ich-Gestalt bestehen zu können

12,00 Euro, 978-3-89979-299-7

Diesen Titel gibt es auch in italienischer Sprache.



## Rainer Schnurre: Von Vor dem Sturm Oder die Dreigliederung des sozialen Organismus Film auf 3 DVDs

Der Film „Von vor dem Sturm ...“ spricht all jene an, die an zivilgesellschaftlichen Fragestellungen interessiert sind und die in ihrem eigenen Lebensumfeld die «brennende soziale Frage» schon als lodernde Realität erleben und nicht nur als Fiktion.

Die Grundidee des Films ist die folgende:

Ein Penner schreibt in Berlin, an verschiedensten Stellen Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit auf die Straße oder an Wände oder auf Brücken. - Später schreibt er auch »Freiheit für das Geistesleben« oder »Gleichheit für das Rechtsleben« oder »Brüderlichkeit für das Wirtschaftsleben« auf die Erde oder an Wände.

Vier junge Leute bemerken ihn an verschiedenen Stellen der Stadt und entschließen sich über ihn einen Film machen zu wollen. - Dazu bitten sie Clara, dass sie die Interviews mit ihm führt, um heraus zu bekommen, warum er das macht und was ihn biografisch gefragt: auf die Straße gebracht hat? - Der Penner beginnt nach und nach über die einzelnen Begriffe und dann über die »Dreigliederung des sozialen Organismus« zu sprechen.

Sein Interesse und sein Wunsch ist es, dass Menschen, die noch gar nichts von der »Dreigliederung des sozialen Organismus« wissen, eine erste Idee und ein erstes Empfinden für die Notwendigkeit dieser Dreigliederung zu bekommen.

Vorzüglich richtet er sich an die Jugend, an die junge Generation. So begegnen sie sich immer wieder an verschiedenen Orten der Stadt, an bekanntesten Plätzen, zu Gesprächen über notwendige gesellschaftliche Wandlungen; die in diesen unseren Zeiten immer offener werden.

28,00 Euro