

# Zum Einklang finden mit sich und den anderen



Meditation ist eine Kraftquelle, die dem Alltag eine größere Lebendigkeit und Tiefe verleiht.

Ein spirituell ausgerichtetes Leben ist jedoch nicht nur daran zu messen, ob es einem gelingt, regelmäßig zu meditieren. Ebenso wichtig ist es, wie wir tagein, tagaus Beziehung leben. Beide gehören zusammen, beeinflussen sich gegenseitig. Trennt man Meditation und Beziehung, „ergeht es einem wie jemandem, dessen Kaffee bitter schmeckt, obwohl er Zucker hineingegeben hat. Zuerst kann er es gar nicht verstehen. Erst mit dem letzten, viel zu süßen Schluck wird ihm klar, dass er vergessen hatte, umzurühren.“

Dieses Buch, das aus der Praxis entstanden ist, zeigt auf, wie man ganz konkret „umrührt“, damit der „Zucker“ der Gegenwart Gottes in der Meditation und in der Beziehung zu uns selbst und zu anderen erfahrbar wird.

## ➔ Das Zusammenspiel von Meditation und Beziehungen im Alltag

Karin Seethaler  
**Zum Einklang finden  
mit sich und den anderen**  
Das Zusammenspiel  
von Meditation und  
Beziehungen im Alltag

ca. 200 Seiten, 12 × 20 cm, Broschur  
ca. € 14,90 (D) / € 15,40 (A)  
ISBN 978-3-429-04375-9 / WG 1926  
Erscheint im September 2017

**Karin Seethaler,**  
Dipl.-Sozialpädagogin (FH), Caritastheologin (M.A.),  
sie hat fast fünf Jahre bei Franz Jalics SJ im Exerzitienhaus  
Gries mitgelebt und mitgearbeitet, seit 1993 Kursleiterin für  
christliche Meditation im In- und Ausland; Vortragstätigkeit,  
Seminarleiterin und Coach.

Zuletzt erschien von Karin Seethaler im Echter Verlag:  
**Die Kraft der Kontemplation**  
2. Auflage · € 14,90 (D) / € 15,40 (A)  
ISBN 978-3-429-03638-6



Das eBook finden Sie in allen gängigen Online-Shops:  
ISBN 978-3-429-04929-4 / ca. € 12,99 (PDF)  
ISBN 978-3-429-06349-8 / ca. € 12,99 (ePub)