

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 74 (1987)  
**Heft:** 10

**Rubrik:** Vorschau

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 28.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Vorschau

# Meditation im Unterricht

Es läuft und läuft und läuft. Wozu? Welcher Sinn steht dahinter? Muss die Maschinerie unaufhörlich laufen, dass ihr Lärm uns hilft, nie solche herausfordernden Fragen beantworten zu müssen?

Meditation als ein Weg zur inneren Ruhe, Konzentration, Vertiefung, zum Ursprung – was ist wie in der Schule möglich und sinnvoll? Lehrerinnen und Lehrer geben aus eigenen Erfahrungen Anregungen zur Auseinandersetzung mit der zarten Kunst.

**Liselotte M. Boden** integriert meditative in den Unterricht als Ausgleich zu Schulstress, Leistungsdruck und Kopflastigkeit und zeigt verschiedene Möglichkeiten für die einzelnen Fächer auf. **Helga Müller-Bar-doff** eröffnet den Zugang zur sogenannten naturalen Meditation. Ihre Ausführungen sind vor allem auf die Primarschulstufe ausgerichtet. **Verena Bühler** schildert, wie sie den Weg zur Meditation gefunden hat und wie sie mit ihren Schulkindern zu meditieren begonnen hat. **Ernst Eggimann** äussert sich in einem sehr persönlich gehaltenen Beitrag über sein Verhältnis als Lehrer zur Meditation. **Othmar Frei** bespricht einige Bücher, in denen für die Schule ein meditativer Zugang zur Weihnachtsgeschichte eröffnet wird.

Heft 11/1987 der «schweizer schule» erscheint am 24. November 1987.

## Impressum

### Redaktion «schweizer schule»

Dr. Leza M. Uffer, Hofmatt 22, 6332 Hagendorf,  
Telefon 042 - 36 20 08

### Redaktionskommission

Prof. Dr. Heinz Moser, Erziehungswissenschaftler,  
Redaktor beim «Schweizerischen Beobachter»,  
Herracherweg 36, 8610 Uster

Thomas Bachmann, lic. phil., Pädagogische Arbeitsstelle,  
Erziehungsdepartement des Kantons St. Gallen,  
Museumsstrasse 39, 9000 St. Gallen

Dr. Joe Brunner, Amt für Unterrichtsforschung und  
-planung, Sulgenecckstrasse 70, 3005 Bern

Peter Sieber, lic. phil., Tiefmoos, 8499 Sternenberg

### Verantwortliche Herausgeber

Brunner Druck AG, Arsenalstrasse 24, Postfach,  
6010 Kriens

Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz,  
CLEVS, Sekretariat, Schiltmatthalde 15, 6048 Horw

### Administration

Adressänderungen, Abonnemente, Einzelnummern  
usw.: Administration «schweizer schule»,  
Brunner Druck AG, Arsenalstrasse 24, Postfach,  
6010 Kriens, Telefon 041 - 41 91 91

### Abonnementpreis

Schweiz: jährlich Fr. 68.– (12 Nummern);  
Ausland (inkl. Porto): jährlich Fr. 77.–  
Postcheckkonto: 60 - 7103-9, Brunner-Druck AG,  
Zeitschrift «schweizer schule», Kriens  
Abbestellungen haben nur dann Rechtskraft, wenn sie bis  
zum 1. Dezember des Vorjahres bei der Administration  
eintreffen. Nichtbezahlung des laufenden Abonnements  
gilt nicht als Abbestellung.

### Inseratenannahme

Eduard Egloff AG, Inseratenverwaltung  
6311 Allenwinden ZG, Telefon 042 - 21 33 62/21 33 63  
Sachbearbeiterin: Brigitte Egloff

### Tausch- und Rezensionsexemplare

sind an die Redaktion zu senden. Für nicht angeforderte  
Rezisionsexemplare übernimmt die Redaktion keinerlei  
Verpflichtungen.

### Redaktionsschluss

Jeweils am 10. des Vormonats.

### Adressen der Autoren

**Peter Geering**, Held, 8494 Bauma; **Armin Hollenstein**, Hochrain 16, 2505 Biel; **Fritz Staub**, Hauptgasse 29, 3294 Büren a. d. A.; **Ruedi Stüssi**, Büetigenstrasse 16, 3292 Busswil b. Büren; **Dr. Bruno Thurnherr**, Gymnasium Bethlehem, 6405 Immensee; **Dr. Helge M.A. Weinrebe**, Birkenstrasse 9, D-7951 Mittelbiberach; **Heinrich Wiesner**, Schriftsteller, Im Pfeiffengarten 38, 4153 Reinach.