

Sa 24. Januar 2026

9:30 – 13 Uhr

**Einführung in die anthroposophische
Meditation**

Seminar mit Dr. Christoph Hueck

im Rudolf Steiner Haus Freiburg, Starkenstr. 36

Anmeldung bis 20.01.: info@azoberrhein.de

Beitrag: 30 € / erm. 20 €

Anthroposophische Meditation ist eine Übung zur Anregung der inneren, seelischen Kräfte. Sie stärkt die innere Sicherheit und Autonomie, fördert die geistige Klarheit und verfeinert und vertieft die Wahrnehmung und Verbundenheit mit der Natur und mit anderen Menschen. Im Workshop wird eine kurze Einführung gegeben und dann werden wir gemeinsam eine einfache anthroposophische Meditationsübung durchführen und besprechen.

Prof. Dr. Christoph Hueck

geb. 1961, Studium der Biologie und Chemie, Promotion 1994, molekularbiologische Forschung in Deutschland und USA, Klassenlehrer an einer Waldorfschule in Oberbayern (2003-2008), Dozent an der Freien Hochschule Stuttgart (2008-2015), dort Professur für Lebenswissenschaften (2013). Gründung der Akanthos Akademie in Stuttgart (2015). Redakteur der Zeitschriften *Die Drei* und *erWACHSEN&WERDEN*. Freiberuflicher Dozent an Waldorf-Erzieherseminaren sowie am Freien Jugendseminar Stuttgart. Veröffentlichungen zur Biologie und Anthroposophie, zu den erkenntniswissenschaftlichen Grundlagen der Anthroposophie, zur anthroposophischen Meditation, zur Waldorfpädagogik sowie zur Naturphilosophie.

Eine Veranstaltung der Arbeitsgruppe Mensch?! Vielfalt Anthroposophie