

Sylvia Wetzel

Mut zur Muße

Sich Zeit gönnen für das Wesentliche

SCORPIO Verlag

Erschienen 2017

Broschur, 128 Seiten, zweifarbig, Format 10,5 x 17,5 cm

ISBN 978-3-95803-085-5, WG 1481

Preis 7,99 €



Sylvia Wetzel im Taschenformat!

Sylvia Wetzel, bekannte Meditationslehrerin und Buddhistin, hat uns hier ihr großes Thema „Mut zur Muße“ gelungen im Taschenbuchformat aufbereitet.

Mit einem Einstieg in die persönliche und gesellschaftliche Haltung zur Muße und einer Aufklärung über den Unterschied zur Muse, letztere kann nur durch erstere entstehen, eröffnet sie ihr kleines, samtpfotig daher kommendes, aber revolutionären Charakter verbergendes „Tugendbuch“. Die Tugend, über die sie hier verhandelt, ist keine geringere als die des freigeistigen, selbstbestimmten Menschen, im positiven Kontakt mit sich selbst und in der Gruppe/Gesellschaft. Sie analysiert und zeigt Wege in die Kommunikation, in das Verständnis, auf Basis einer gepflegten Erkenntniszeit, mit Hilfe der Muße und des gezielten Müßigganges. Etwas, was unserer Gesellschaft fehlt und offensichtlich weiter helfen kann, persönlich und gesellschaftlich.

Das Buch gliedert sich in die drei Kapitel:

Warum wir tun was wir tun; Kultur, Wirtschaft, Politik: ein Blick über den Tellerrand und Entspannung, Auftanken und Muße: Was können wir tun und lassen.

Charakteristisch für die Serie „Achtsames Leben“ im Scorpio Verlag, sind zudem kurze Zusammenfassungen in Form von Merksätzen, Gedichte und viele praktische Übungen.

Sylvia Wetzel ist eine genaue Beobachterin und kombiniert dies mit viel psychologischem Feingefühl. Ihre kulturellen Recherchen machen das anfänglich vielleicht etwas mühsame Thema sehr spannend und das Taschenbuch zum praktischen Einstieg absolut empfehlenswert.