

ULRICH SCHNABEL

Leseprobe

Ulrich Schnabel

Muße

Vom Glück des Nichtstuns

muße



Vom Glück des Nichtstuns

Blessing

Bestellen Sie mit einem Klick für 19,95 €



Seiten: 288

Erscheinungstermin: 08. Dezember 2010

Lieferstatus: Lieferbar

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.randomhouse.de

Inhalte

- [Buch lesen](#)
- [Mehr zum Autor](#)

Zum Buch

Wir suchen, brauchen und fürchten sie: die Kraft der Muße

Haben Sie heute schon Däumchen gedreht und an die Wand gestarrt? Und dabei an nichts Bestimmtes gedacht? Falls nicht, so holen Sie es bitte bald nach. Für Gewissensbisse gibt es keinerlei Grund. Denn: Muße ist zur bedrohten Ressource geworden. Die Beschleunigungsgesellschaft mit ihrem Arbeitsdruck und dem Zwang zur permanenten Kommunikation lässt uns nicht zur Ruhe kommen. Dabei haben Gehirnforscher und Psychologen längst herausgefunden, wie wichtig Phasen absichtslosen Nichtstuns sind. Sie fördern nicht nur die Regeneration und stärken das Gedächtnis, sondern sind auch die Voraussetzung für Einfallsreichtum und Kreativität. Große Ideen brauchen vor allem eines: Zeit und Muße. Isaac Newton kam der zündende Einfall zu seiner Gravitationstheorie im Garten, als er versonnen einen Apfel betrachtete. Descartes philosophierte am besten im Bett. Doch von solch kreativen Auszeiten können die meisten heute nur träumen. Ulrich Schnabel beschreibt die Ursachen der allgemeinen Zeitnot, zeigt uns, wo wir auch heute noch Inseln der Muße finden können, und bietet eine Fülle von konkreten Anregungen und Tipps für alle, die dem permanenten Drang zur Beschleunigung widerstehen wollen.

- Von John Cage über John Lennon bis zu Britta Steffen.
- Konkrete Tipps zu einem sinnvollen Umgang mit der Informationsflut.
- Spektakuläre Psycho-Versuche unter Tage: Was denken und fühlen wir, wenn wir lange allein sind?



© Martina van Kann

Autor

Ulrich Schnabel

Ulrich Schnabel, geboren 1962, studierte Physik und Publizistik in Karlsruhe und Berlin und ist Wissenschaftsredakteur bei der ZEIT. Ulrich Schnabel schrieb in der ZEIT und in GEO viel beachtete Artikel über Religion und Bewusstseinsforschung und wurde 2006 mit dem »Georg von Holtzbrinck-Preis« für Wissenschaftsjournalismus ausgezeichnet. Drei Jahre später veröffentlichte er bei Blessing: "Die Vermessung des Glaubens". Es wurde von "Bild der Wissenschaft" als "Wissenschaftsbuch des Jahres 2009" ausgezeichnet. Im Oktober 2010 erhielt Schnabel ferner den Werner und Inge Gräter-Preis für Wissenschaftsvermittlung. Sein Buch "Muße. Vom Glück des Nichtstuns" (2010) wurde ein Best- und Longseller. 2015 veröffentlichte er bei Blessing "Was kostet ein Lächeln? Von der Macht der Emotionen in unserer Gesellschaft."

[Leseprobe](#)

