



Anstiftung zum Innehalten

Autor: Alfred Komarek

13,5 x 21,5 cm, 160 Seiten,

Einband: Hardcover mit SU

€ 19,95/sFr 25,50, styria premium

ISBN: 978-3-222-13297-1

„Freiwillig und freudig muss es geschehen: ein zielloses Streunen und Mäandrieren, offen für alle denkbaren Ziele und für die undenkbaren erst recht, Zeit, die nicht mehr den Uhren gehört, Gedanken, die nichts müssen, aber alles dürfen, unverschämte Lust am Sein.“

Doch so einfach ist das nicht mit dem Innehalten. Das weiß auch Alfred Komarek allzu gut aus eigener Erfahrung. Wie oft nehmen wir uns vor, viele Dinge „das nächste Mal“ gemächlich, gelassen und entspannt anzugehen, nicht allzu wichtig zu nehmen, was sich wichtig macht in unserem Leben. Wie oft „verpatzen“ wir kostbare Augenblicke des Innehaltens, magische Momente, weil wir immer irgendetwas nachjagen.

Alfred Komarek hat in sehr persönlichen Geschichten ein Plädoyer für diese magischen Momente verfasst. Für das Innehalten als edelste Form der Bewegung. Für die erfüllte Muse statt zu „chillen“ und zu „relaxen“. Ein Plädoyer dafür, dass wir nicht immer mit der Zeit gehen müssen, sondern sie auch mal mit uns gehen lassen sollen. Eine Anstiftung dazu, den Mut zu haben, nichts zu tun sondern viel geschehen zu lassen.