

Seneca – – oder die Entdeckung der Gelassenheit

„Leben wollen alle im Glück, doch um zu erkennen, was das Leben glücklich macht, dafür sind sie blind. Und es ist derart schwierig, ein glückliches Leben zu erlangen, dass jedermann sich von diesem Ziel desto weiter entfernt, je leidenschaftlicher er es verfolgt – wenn er den falschen Weg eingeschlagen hat. Sobald ihn dieser in die entgegengesetzte Richtung führt, ist gerade seine Hast die Ursache dafür, dass der Abstand immer größer wird.“ – Seneca, Das glückliche Leben

Seneca – oder die Entdeckung der Gelassenheit ist ein Buch, in dem es unter anderen um die wichtigen Fragen des Lebens geht, wie: Was ist Glück? Wie wichtig ist mir Ansehen, Geld und Macht – aber auch wie wichtig ist mir Freundschaft, Zeit und Freiheit? Wie will ich mein Leben leben? Fragen, denen man sich nicht nur in der zweiten Hälfte des Lebens widmen sollte. In einer Zeit, in der Schnelllebigkeit immer mehr zu einem gesamtgesellschaftlichen Problem geworden ist, bietet dieses Buch die Möglichkeit, einmal inne zu halten, sein eigenes tägliches Tun und Handeln zu reflektieren, sich zurück zu lehnen, und sich und sein Leben zu entschleunigen.

Ob es um Zufriedenheit, Gelassenheit, Karriere oder um Freundschaft geht, immer wieder verknüpft Karl-Heinz Risto die Ansichten und Gedanken des Philosophen Seneca auf unkonventionelle Weise mit dem Leben einer modernen „Alltags-Heldin“, die auf der Suche nach einem erfüllten Leben ist, und die sich den täglichen Unwägbarkeiten gegenüber sieht, die jedem Leser in der einen oder anderen Art und Weise bekannt sind.

Aufgrund der Aktualität Senecas Worte, kommt man oft nicht umhin sich zu fragen, ob diese wirklich schon vor 2000 Jahren gedacht und geschrieben wurden. Streckenweise hat der Leser das Gefühl, neben Seneca zu sitzen und sich mit ihm zu unterhalten.

Die Möglichkeit, in vielen Kapiteln seine eigenen Gedanken, Wünsche und Erlebnisse notieren zu können, und sogar einen Brief an Seneca zu richten, macht dieses Buch zu einem Begleiter im beruflichen und privaten Alltag.

Seneca – oder die Entdeckung der Gelassenheit gibt dem Leser die Möglichkeit, gewohnte Verhaltensmuster zu verlassen und diversen Situationen im Alltag einmal anders zu begegnen.

Das Buch gibt keine Antworten – es stellt vielmehr Fragen, und es liegt an uns, wie wir diese Fragen beantworten wollen.

Lehnen wir uns also gelassen zurück und, um mit den Worten Senecas zu sprechen:
„Fragen wir uns also, was am Besten zu tun sei, nicht was allgemein üblich ist.“

Autor: Georg Seufert

www.seufert-seminare.de