

Martin Kämpchen

Einfach tun

44 Schritte zur Lebenskunst

Bewusster Leben durch Einfachheit – indische Lebenserfahrung
verbunden mit europäischem Denken

«Martin Kämpchen geht den alltäglichen Begebenheiten und Vorkommnissen nach. Er entdeckt dabei, dass alle Dinge, die uns umgeben, mehr sind als ihr äußerer Anschein. Ob es nun die Treppen in Rom sind, das Zufahren, das Fliegen, das Schweigen oder Reden, oder auch das Weinen. Er sensibilisiert das Herz des Lesers und eröffnet ihm den Weg zu einem erfüllten Menschsein – eine wahre Lebenskunst.»

Abtprimas Notker Wolf

«Wer Aufwachen, Sitzen, Stehen, Atmen, Schweigen, Schlafen oder Ankommen für rein mechanische Tätigkeiten gehalten hat, der kann nun nachlesen, wie viel Lebendigkeit und Tiefe sich daraus schöpfen lassen.»

Frankfurter Allgemeine Zeitung

Erwachen, sitzen, stehen, liegen: Das tun wir alle jeden Tag – ohne weiter darüber nachzudenken. Der in Indien lebende Schriftsteller Martin Kämpchen verbindet westliches und östliches Denken und entdeckt, was diese Tätigkeiten wirklich bedeuten: Was der Morgen für eine besondere Zeit ist, weshalb das Sitzen die Haltung des Plänemachens ist und das Stehen zu höchster Wachheit führt, wir aber wirkliche Standfestigkeit und Ruhe erst im Liegen erreichen.

Die 44 poetischen Texte zeigen, wie aus dem Alltäglichen Schritt für Schritt eine bewusste Lebenspraxis wird. Martin Kämpchen macht klar: Wir können glücklich und erfüllt leben, wenn wir die Dinge «einfach tun».

Martin Kämpchen, 1948 geboren in Boppard am Rhein, studierte in Wien, Paris und Indien. Er lebt in Santiniketan (West-Bengalen/Indien), Kalimpong (Himalaya) und in Boppard als freischaffender Schriftsteller. Zuletzt erschien «Ghosaldanga. Geschichten aus dem indischen Alltag» (2006). Er übersetzte Rabindranath Tagore, Shri Ramakrishna und Svami Vivekananda. Bei Rowohlt erschien die Monographie «Rabindranath Tagore» (rm 50399).

rororo | 112 Seiten | 8,95 €
ISBN: 978-3-499-62572-5

Rowohlt Digitalbuch | 8,99 €
ISBN: 978-3-644-42051-9

