

Aus Besprechungen zum Buch

„Wie lebe ich ein gutes Leben? Philosophie für Praktiker“

Bei Amazon u.a.:

„Ein ausgezeichnetes Buch. Kitzler gelingt es in einer wunderbar einfachen, aber nicht banalisierenden Sprache, uns die Weisheitsliteratur näher zu bringen, fast nebenbei. Denn es kommt ihm auf ein gutes Leben im Hier und Jetzt an, es geht ihm um die Persönlichkeit des Lesers, nicht um die Textexegese.

Kitzlers Buch hat etwas zwingendes, überzeugendes, ja suggestives. Die antiken Weisheitslehren erscheinen wie ein prall gefüllter Sack, in dem der Leser alles findet, was er wissen muss, um ein gutes Leben zu führen. ... Das Buch ist also auch ein Wegweiser zur Weisheit. Kitzler wendet sich an die antike und asiatische Philosophie, weil sie noch ganz erfüllt war von dem Streben nach Lebensweisheit, von der Kunst der Lebensführung. Die Sorge für das eigene seelische Wohlbefinden, die innere Stimmigkeiten galt diesen Philosophien als das Wichtigste im Leben. ... Ein sehr gelungenes Buch, das man sicher immer wieder gerne zur Hand nehmen kann.“

„Albert Kitzler gelingt es hervorragend, diese alten Texte so spannend und gekonnt in die Gegenwart und ihre Lebensfragen der Menschen zu übersetzen, dass man mit dem Lesen der einzelnen Kapitel gar nicht aufhören mag.

Doch es ist ratsam, besonders die Stellen, die einem sofort einleuchten, noch mehrmals langsam zu lesen und sich Zeit zu nehmen, darüber nachzudenken.

Insofern ist das Buch eher ein philosophischer Lebensbegleiter, in dem man wie in einem Losungsheft immer wieder neu sich einblättert und immer wieder Kraft und Sinn findet für den neuen Tag.“

„... ich werde ganz sicher das Buch immer mal wieder in die Hand nehmen. Auch ganz wunderbar geeignet, um es einem lieben Menschen zu schenken.“

„Ich glaubte erst ein weiteres Exemplar in Händen zu halten, von den vielen, die uns lenken wollen. Die uns sagen, was richtig und falsch ist. Die Ratgeber, die meinen inneren Schweinehund bezwingen wollen. Und ich wurde endlich enttäuscht: Einem Stadtführer gleich, führt Albert Kitzler durch die Philosophie der Antike und lässt uns teilhaben an deren Einsichten, deren Methoden, sich im Denken und Leben zu üben. Ohne Zeigefinger, ohne die bekannten "W"- "D" (wenn-dann) Plattitüden.“

„... Der Autor entwickelt auch eigene Gedanken zu der inneren Verknüpfung der überlieferten Weisheiten, bei denen die Pflege des Selbst im Mittelpunkt steht. Von der Selbsterkenntnis, der wirklich wichtigen Bedürfnisse, bis hin zum Leben im Einklang mit der inneren und äußeren Natur, wird ein Weg zum weise werden beschrieben, wie ihn die Alten gelebt und gelehrt hatten. ... Es handelt sich also um einen zuverlässigen Ratgeber für jeden Ruhelosen, Gehetzten und Übereifrigen, aber auch für jeden, der mehr über das Menschsein lernen möchte. Die Philosophen vom Fach kommen dabei auch nicht zu kurz, denn die hermeneutische Aufarbeitung der interkulturellen Zusammenhänge sollte auch an Universitäten mehr ins Licht gerückt werden. Dieses Buch ist nur zu empfehlen, denn sein Gegenstand ist das Wichtigste – unser Selbst.“

„Wer sich mit der Aktualität der jahrtausendealten Philosophien und Lebensweisheiten verschiedenster Kulturen auseinandersetzen will, für den ist dieses Buch ein großer Gewinn.

Die Frage nach einem "guten Leben" hat die Menschen in der Antike ebenso beschäftigt wie heute - dass sie zu Ergebnissen gekommen sind, die problemlos auf die Herausforderungen und die Wirklichkeit der Gegenwart anwendbar sind, ist ebenso erstaunlich wie beruhigend. Dieses Buch lässt einen teilhaben an alter und erprobter Weisheit.“

„Das Buch hat etwas Magisches an sich. ... Ich habe JEDE Seite genossen ohne irgendwelches Bedürfnis zu haben, schneller weiter zu kommen. ... Das Buch ist sehr inspirierend und motivierend. Was für eine schöne Lektüre! Jetzt ist das Lesen zu Ende und das Praktizieren fängt an ...“

„Die Gebrauchsanweisung von Albert Kitzler ist ein spannendes Werk, das sich zwischen der Entzauberung des philosophischen Diskurses und einer philosophischen Haltung als Verbesserung der Lebensqualität bewegt. ... vielleicht ist diese pragmatische Herangehensweise an das Philosophische die wahre philosophische Kraft dieses Buches. Die Entzauberung der antiken Weisheiten ist ein kühnes Zurückholen einer fernen geistigen Vergangenheit in unseren Alltag und eine Übersetzung tiefster Erkenntnisse in eine klare und allgemein verständliche Sprache ... ‚Wie lebe ich ein gutes Leben?‘ ist eine Art ‚Taschenbuch‘ im wahrsten Sinne des Wortes (obgleich Hardcover), nämlich ein Buch, das unser Leben in der Tasche begleiten soll ... es lohnt sich definitiv!“

„ ... Fazit: "Wie lebe ich ein gutes Leben" ist Achtsamkeitstraining für den Verstand. Eine lustvolle Begegnung mit den Lehren großer Philosophen, deren Erkenntnisse aktueller denn je erscheinen.“

„Das Buch lädt zu einer Reflexion über seine eigenen Gewohnheiten und Verhaltensweisen ein, ohne dabei schwer verständlich und trocken zu sein.“

„horizontenerweiternd und umfassend anregend für die täglichen Themen und Probleme im Leben, faszinierend wie aktuell diese klassischen Themen für uns heute sind“

„ ... kein Ratgeber mit Hochglanzfotos von stillen Seen und lächelnden Buddhas, sondern ein Handbuch, eine Philosophie für Praktiker ... “ MDR ‚Figaro‘

„Eindrücklich und überzeugend an diesem schmalen Werk ist vor allem, wie es der Autor schafft, Hilfreiches in einfachen Sätzen zu vermitteln. ...

Besonders angesprochen hat mich auch, dass des Autors Gedanken sich an Wesentlichem orientieren und damit im besten Sinne "praktische Lebenshilfe" bieten. *Wie lebe ich ein gutes Leben?* ist ganz unbedingt zu empfehlen.“

Aus Zuschriften:

„ ... Ihr Buch zu lesen macht mir sehr viel Spass und die Weisheiten am Schluss des Buches lese ich mir jeden Tag einmal am Morgen kurz durch. Das hilft mir meine Mitte besser zu finden. Vielen Dank, dass Sie ihre Weisheiten teilen.“

„ ... Sehr geholfen hat mir dabei das Buch von Albert Kitzler. Mir sind bei manchen Passagen richtig die Schuppen von den Augen gefallen. Ich liebe es. Ich habe es auch schon 10mal verschenkt. Ich renne damit rum wie mit einer Bibel.“

„Ich gratuliere Ihnen zu der Methode der Aufbereitung dieses so wichtigen Themas: Eigene Erläuterungen und dazu jeweils die einschlägigen Texte. Das macht die Lektüre äußerst spannend. Auch die am Ende der einzelnen Themen gegebenen „Perlen der Weisheit“ und „Merksätze“ finde ich nachahmenswert, weil der Leser doch noch einmal die Quintessenz vermittelt bekommt und Ihr Buch damit auch als ein „Wort zum Tag“ zum Tragen kommt. Ich begrüße sehr, dass sich unter Ihren Texten auch solche aus Indien und China befinden, weil damit klar wird, dass Lebensweisheiten aus aller Welt eine gleiche Basis haben und ein bereicherndes Erbe auch für den Menschen von heute sind. Kurzum: Sie verstehen es meisterhaft, auch dem im philosophischen Denken nicht so geübten Leser eine Lebenshilfe zu geben – eben eine ‚Philosophie für Praktiker‘.“

Reaktionen der Lovelybooks-Leser:

Ich habe nun die ersten Seiten gelesen und bin schon total begeistert, Das Buch lässt sich wirklich gut lesen - ich hatte schon Angst, dass es zu kompliziert oder zu "abgehoben" sein könnte. Ich bin fasziniert, wie aktuell die alten Weisheiten auch heute noch sind, teilweise vielleicht sogar noch aktueller als je zuvor.

Bis jetzt finde ich das Buch sehr interessant und bereichernd. Die Mischung aus Zitaten, Weisheiten und Hilfe zur praktischen Anwendung ist meiner Meinung nach gut gelungen und ich bin mir sicher, dass ich mir Einiges mitnehmen kann. Auf einzelne Themen wird so intensiv eingegangen, dass sich die Grundzüge aber von ganz allein im Gedächtnis verankern: z.B.: wie wichtig es ist, sich selbst zu kennen und über sich selbst zu reflektieren. Plötzlich habe ich wieder Lust, Tagebuch zu schreiben...vielleicht schaffe ich es, mir dieses Ritual wieder anzueignen.

Ich muss ehrlich gestehen, dass das Buch absolut toll für meine aktuelle Lebenslage ist.

Ich finde es total spannend, dass es auch vor 2500 Jahren schon so etwas wie ein Burn-out gab - und dass die Tipps dagegen heute dogmatischer sind als damals.

Mein erster Eindruck ist sehr gut! Einfache, klare, fokussierte Sprache und die weisen Gedanken der alten Völker. Ich kann es kaum erwarten, weiterzulesen.

Ich bin beeindruckt, wie viel die alten Griechen und Chinesen schon von moderner Psychologie verstanden.

Die einleitenden Worte wie das ideale Innenleben eines glücklichen Menschen aussieht haben mir total gefallen und meine ersten Gedanken waren, das will ich auch! und wie einfach (im Sinne von nicht materiellen Voraussetzungen) doch Glück zu haben ist. Besonders gut gefällt mir, dass hier nicht wie in einem aufdringlichen Lebensratgeber der Zeigefinger erhoben wird und gesagt wird, wenn du glücklich sein willst, dann musst du dies und das tun. Stattdessen werden uralte Lehren und deren Erkenntnisse sehr nachvollziehbar und neutral erläutert - was man davon für sein Leben mitnimmt, wird einem freigestellt.

Auch den 2. Abschnitt (Kap. Die Anderen – Tod, S. 61-111) empfand ich als sehr interessant und in einer gewissen Weise aufrüttelnd. Alle dargebrachten Weisheiten scheinen logisch und vernünftig, es entsteht ein bild vor Augen, wie das Leben wirklich gut gelingen kann und ich frage mich, warum die Menschheit an diesem Wissen immer wieder vorbeigelaufen

ist. Es ist erstaunlich, wie genau sich die Philosophie mit der Suche nach Glück und Zufriedenheit auseinandergesetzt hat, und das schon vor tausenden Jahren. Ich hoffe und glaube, dass ich es schaffen kann, bewusster zu leben und Anregungen aus dem Buch zu beherzigen.

Das an sich selber Arbeiten ist der Teil, der sich durch das ganze Buch zieht, und ich denke, dass jeder etwas für sich finden sollte, das er ändern kann.

Der Merksatz des Kapitels „Keine Zeit!“: Wer viel arbeitet, muss viel ruhen – wer intensiv arbeitet, muss intensiv ruhen, werde ich zukünftig an meinen Schreibtisch anbringen, damit ich auch mal daran denke, meinen Urlaub einzutragen. Wirklich großes Lob an dieser Stelle. Einmal im Lesefluss drin mag man das Buch gar nicht mehr weglegen.

Dieses Buch wird sicherlich zu den Wenigen gehören, die ich immer wieder mal zur Hand nehmen werde, um darin zu lesen.

Ich fand es unglaublich interessant, zu erfahren, welche klugen Gedanken schon in uralten Schriften wie der Bhagavadgita, den Upanishaden, bei Konfuzius oder Aristoteles stehen, und wie viele Ideen direkt in die heutige Zeit übertragen können. Für mich ist dieses Buch eine echte Lebenshilfe, die ich bestimmt immer wieder kapitelweise durchlesen werde, da man bei diesem Weg als „Lernender“ nie am Ziel ist – aber jeden Tag dazulernen darf! „Nur wer sich belehren lässt, kann ein Meister werden“ ... (Altes Ägypten) Absolut verdiente 5 von 5 Sternen und eine Leseempfehlung für alle, die auf der Suche nach ihrem persönlichen Weg zum Glück sind!

Ein wunderbar anregendes Buch.

Eine Buchempfehlung für alle, die auf der Suche nach mehr Gelassenheit, Ausgeglichenheit und Zufriedenheit sind und für Personen, die sich einfach nur so mit Philosophie beschäftigen möchten!

"Wie lebe ich ein gutes Leben" von Albert Kitzler ist ein echtes Kleinod in der Fülle der Philosophie- und Ratgeberliteratur dieser Tage. Es handelt von den Weisheiten der alten Griechen, Inder und Chinesen. In einer beeindruckend klaren, verständlichen und präzisen Sprache wird dargestellt, welche Vorstellungen diese Völker von einem guten und erfüllten Leben hatten. Und nicht zu vergessen, hat mir das Buch ein großes Lesevergnügen beschert, schon allein deswegen sind 5 Sterne als Bewertung unausweichlich und hochverdient. Die "Liebe zur Weisheit" überträgt sich vom Autor zum Leser.

Übereinstimmungen unter den großen Denkern und den verschiedenen Kulturen ... das ist in der Tat überraschend und großartig! Danke für die Vielfalt!

Ich habe, glaube ich, noch nie ein Buch so langsam und gleichzeitig so intensiv gelesen wie dieses hier. Ich finde das Buch sehr gelungen, es hat mir und wird mir weiterhin noch helfen, da bin ich mir sicher.

Manchmal hört man die Frage: Können Bücher Leben verändern? Ich bin mir sicher, dieses hat auf alle Fälle das Potential dazu. Für mich war dieses Buch eine wunderbare Bereicherung und ich möchte wirklich probieren, mich an einige Ratschläge zu halten. Solch interessante, intensive und wirkungsvolle Bücher gibt es selten.

Ein Buch, das dem Leser viele Gedankenanstöße gibt, sich selber und seine Ziele zu hinterfragen und sich selber und sein Glück in sich zu finden und das man unbedingt immer wieder hervorholen sollte.

Seit ich das Buch lese, merke bzw. fühle ich immer mehr, was mir doch im Leben fehlt. Dem Autor gelingt es also durchaus, hier Impulse zu setzen.

Dieses Buch ist vielleicht kein Patentrezept zu einem perfekten Leben, aber eine sehr hilfreiche Gebrauchsanleitung auf dem Weg dahin mit Sicherheit.

Das Buch hat mir schon sehr geholfen und wird es auch weiterhin. Es ist ein wahrer Schatz.

Dieses Buch ist nicht einfach nur ein trockener philosophischer Schinken, wie man sie sonst in dieser Buchgattung haufenweise findet, sondern ein echter Ratgeber und eine tolle Hilfe, wenn man ernsthaft seine Gedanken und sein Leben ändern will. Das geht natürlich nicht per Fingerschnipp und das wird auch in dem Buch deutlich gemacht, aber als Anleitung und Anregung, überhaupt erstmal anzufangen, ist es super geeignet. Mir hat es sehr gefallen und ich kann es daher jedem weiterempfehlen!