

Inhalt

Warum ein Buch über Einfachheit?

Ein Geleitwort

9

Teil I Primärtexte

1. Askese des Leibes

17

Teilhard de Chardin

18

Rudolf Steiner

19

Katholische Kirche

23

Henry David Thoreau

25

Percy B. Shelley

28

Bernard de Mandeville

29

Luigi Cornaro

30

Martin Luther

58

Meister Eckhart

59

Thomas von Aquin

59

Sufismus

62

Mohammed

64

Benedikt von Nursia

67

Augustinus

72

Kaiser Julian „Apostata“

73

Die Manichäer

74

Die Neuplatoniker

75

Plutarch

78

Gnosis

81

Ptolemaios

86

Hermes Trismegistos

87

Christliche Wüstenväter	88
Der Apostel Paulus	89
Johannes der Täufer	90
Jesus von Nazareth	91
Stoa	93
Epikur	98
Die Kyniker	100
Tschuang-tse	102
Sokrates	103
Empedokles	104
Pythagoras und die Pythagoräer	105
Zarathustra	107
Die Orphiker	109
Moses	110
Vedisch-hinduistische Texte	111
Jainismus	112
2. Askese des Geistes	117
Hermann Hesse	118
Theosophie	122
Rudolph Steiner	127
Friedrich Nietzsche	134
Henry David Thoreau	151
Arthur Schopenhauer	159
Giovanni Pico della Mirandola	166
Meister Eckehart	168
Sufismus	171
Gnosis	177
Manichäismus	188
Die siebzehn Bücher des Hermes Trismegistos	191
Stoa	196

Epikur	209
Kynismus	212
Tschuang-tse	214
Lao-tse	215
Buddha	222
Jainismus	224
Hinduismus	226
Upanischaden	227

3. Askese im alltäglichen Miteinander **231**

Thich Nhat Hanh	233
Ernst Wiechert	239
Albert Schweitzer	241
Max Weber	242
Adolph Freiherr von Knigge	248
Max Ehrmann	257
Benedikt von Nursia	258
Jesus von Nazareth	263
Stoa	268
Kynismus	276
Tschuang-tse	277
Pythagoras	278
Lao-tse	278
Buddha	279
Moses	279

Teil II Sekundärtexte

Die unerschöpfliche Kraft des Einfachen – Askese als Jungbrunnen und Himmelsweg	283
<i>Peter Cornelius Mayer-Tasch</i>	
Weniger ist mehr – Askese als Alltagshygiene	309
<i>Bernd M. Malunat</i>	
Vom Wachsen zum Reifen – eine asketische Perspektive	343
<i>Franz-Theo Gottwald</i>	

Teil III

Glossar: Autoren, Schulen und „heilige Texte“	367
Die Herausgeber	387