

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	V
1. Einleitung	1
2. Konzepte der Muße	11
2.1 Arbeit, Freizeit und Muße	11
2.2 Kontemplation und Muße	24
2.3 Achtsamkeit und Muße	31
2.4 Gelassenheit und Muße	41
3. Problemfelder der Mußeforschung	52
3.1 Erkenntnis	53
3.2 Freiheit	61
3.3 Selbstbestimmung und Selbstverwirklichung . . .	66
3.4 Krise	74
3.5 Exklusion und Ungleichheit	83
4. Ausblick	92
Literatur	97