

Inhalt

Die Unaufmerksamkeitsgesellschaft.....	9
Was die „tätige Ruhe“ nicht ist	11
 <i>1 Die Große Unruhe</i>	
Der Geist des Westens.....	15
Nervöse Zustände – Die Politik der Gefühle und die tätige Ruhe.....	19
Gefühlte Wahrheiten.....	23
Alexander und die Illusion der Tatkraft.....	34
Effizienz macht faul – Effektivität munter	37
Der Wendepunkt: Aristoteles und die Geburt der Wissensarbeit.....	40
Methode Martha oder Maria: Der Clash der Arbeitskulturen	46
Mark Aurels Innere Burg.....	50
Halt die Klappe, Reg!	56
Deep Work 1.0: Die Klöster des Mittelalters	59
Kampf gegen das Mittelmaß	69
Die Un-Aufmerksamkeitsökonomie	79
 <i>2 Der Lärm – das Brüllen einer fürchterlichen Kreatur</i>	
Aus Freude am Stören	93
Lärm ist Macht	98

Rebound – warum alles lauter wird, obwohl einiges leiser geworden ist..... 111

Rückzug und Natur – zwei Irrtümer..... 114

3 Ruhe! Privatgelände!

Vom Recht, in Ruhe gelassen zu werden 121

Der Raum des Eigenen 126

Ruheregeln..... 132

Dienst nach Vorschrift – der passive Widerstand 141

Der Schutz vor der Dunkelheit..... 147

Ein Zimmer für sich allein..... 149