

**Tim Parks**

**Die Kunst stillzusitzen**

*Ein Skeptiker auf der Suche nach Gesundheit  
und Heilung*

368 Seiten

Euro 24,90 € (D)

vergriffen

erschienen im September 2010

Übersetzt von Ulrike Becker

ISBN 978-3-88897-680-3

"Die Kunst stillzusitzen" ist Tim Parks persönlichstes Buch: eine Krankheitsgeschichte mit "happy end", klug und unglaublich unterhaltsam. Geplagt von undefinierbaren chronischen Schmerzen, konfrontiert er die Leser mit der buchstäblich nackten Wahrheit über das Verhältnis von Geist und Körper.

Nach einer langen und letztlich fruchtlosen Konsultation von Schulmedizinern findet er die Lösung für seine Schmerzen in einem Schweige-Retreat, in einer Atemtechnik, der Vorbereitung zur Meditation. Davon hatte Tim Parks am allerwenigsten eine Lösung seiner gesundheitlichen Probleme erwartet; als Skeptiker waren ihm die ganzen alternativen Heilmethoden und New-Age-Versprechen reichlich suspekt.

Die meisten von uns werden irgendwann krank; aber nur wenige können darüber mit soviel Schwung, mit solch einer brillanten Intelligenz erzählen wie Tim Parks.



© Volker Hinz

## **Tim Parks**

Tim Parks, geboren in Manchester, wuchs in London auf und studierte in Cambridge und Harvard. Seit 1981 lebt er in Italien. Seine Romane, Sachbücher und Essays sind hochgelobt und mit vielen Preisen ausgezeichnet. Er unterrichtet Literarisches Übersetzen an der Universität Mailand, schreibt u.a. für The Guardian, The New Yorker und The New York Review of Books, und übersetzt, u.a. die Werke von Moravia, Calvino, Calasso, Tabucchi und Machiavelli. Zuletzt erschien *Thomas & Mary* (Kunstmann 2017).

## **Weitere Titel des Autors**

Europa 978-3-88897-202-7

Schicksal 978-3-88897-257-7

Schicksal CD 978-3-88897-287-4

Doppelleben 978-3-88897-323-9

Ehebruch und andere Zerstreuungen 978-3-88897-421-2

Stille 978-3-88897-443-4

Das Geld der Medici 978-3-88897-472-4

Träume von Flüssen und Meeren 978-3-88897-579-0

Sex ist verboten 978-3-88897-773-2

Mr. Duckworth wird verfolgt 978-3-88897-931-6

Der ehrgeizige Mr. Duckworth 978-3-88897-930-9

Italien in vollen Zügen 978-3-88897-971-2

Mr. Duckworth sammelt den Tod 978-3-88897-932-3

Thomas & Mary 978-3-95614-164-5

Worüber wir sprechen, wenn wir über Bücher sprechen 978-3-95614-130-0

In Extremis 978-3-95614-252-9

## Pressestimmen

"Um es gleich vorwegzusagen: Ich habe noch nie so gern ein Buch gelesen, das mich gar nichts angeht - zumindest vordergründig nichts angeht - denn es geht zunächst um ein Männerleiden: Prostatitis. Und wenn mir jemand vorher gesagt hätte, ich würde ein Buch darüber mit atemloser Spannung und größtem Vergnügen lesen - ich hätte es natürlich nicht geglaubt."

Renée Zucker, RBB Inforadio

"In unserer von billigen Selbstenthüllungen und Quacksalber-Ratgebern dominierten Welt ist 'Die Kunst stillzusitzen' das einzig Wahre: Ein Werk echter Tröstung, das einen Weg aus dem dunklen Wald der mittleren Jahre weist, in den wir alle, früher oder später, unwiderruflich eintreten werden."  
Will Self

"Tim Parks ist Tim Parks ist Tim Parks, auch wenn er ein Buch über seine Prostata schreibt."  
Sibylle Mulot, SPIEGEL online

"Dies ist ein großes Buch. (...) Die Beschreibung des einwöchigen Vipassana-Kurses gehört zum Schönsten, was je über Meditation geschrieben wurde, weil es zum einen vollkommen unesoterisch und ohne den narzisstischen Sound so vieler Selbstfindungsbücher daherkommt."  
Alex Rühle, SZ

"Es ist der komische, ironische Blick auf die eigene Pein und die gesunde Skepsis des modernen, aufgeklärten Menschen, mit der hier jemand sich alternativen fernöstlichen Heilmethoden und schließlich der Meditation nähert, die dieses Buch so lesenswert machen. Man lernt hier quasi nebenbei, was Beckett mit dem Buddhismus verbindet, und bekommt mit, welche Vorurteile der einem anglikanischen Pastorenhaushalt entstammende Parks auf dem Weg der Genesung ablegen musste."

Knut Cordsen, BR2 Kulturwelt

"'Die Kunst stillzusitzen' ist keineswegs die bittere Klageschrift eines in Selbstmitleid versinkenden Mannes. Zum einen, weil Parks auch bei seiner eigenen Leidensgeschichte sich den schwarzen Humor nicht verkneift, welcher seine besten Bücher auszeichnet. Zum Zweiten, weil er es nicht bei der Selbstbespiegelung belässt, sondern zum Forscher in eigener Sache wird, der mit intellektueller Leidenschaft über Krankheit in der Kunst sinniert, zum Beispiel über berühmte Kollegen von Thomas Bernhard über Thomas Hardy bis Kafka, deren Werk untrennbar mit ihrer

Krankengeschichte verbunden ist. Zum Dritten, und das ist der entscheidende Punkt, weil Tim Parks dann doch noch einen Ausweg gefunden hat - einen ganz anderen freilich, als er es sich hätte vorstellen können."

Jörg Thomann, Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung

"Wer seine Zeit wahrnehmen will, muss Wegsehen lernen. Man könnte auch sagen: Er muss 'Die Kunst stillzusitzen' erlernen. Das kommt als Psychohygiene in reizüberfluteter Zeit auf dasselbe hinaus. Meint jedenfalls der Schriftsteller Tim Parks, der mit diesem Buch seine persönliche Leidens- und Heilungsgeschichte erzählt. Es ist eine spezielle Atemtechnik, die ihn aus dem burn out, dem depressiven Erschöpfungszustand, herausreißt, in welchen ihn die Strapaze des permanenten Produktionsdrucks geführt hatte. Es war, wie Parks nach seiner Heilung erkannte, die Struktur der geistigen Tätigkeit selbst, die ihn in ein Weltverhältnis des Immer-so-Weiter getrieben hatte. Mit anderen Worten: Er war auf hochreflexivem Niveau eingerostet, weil er seine Art der Welterschließung für die einzig mögliche hielt. Parks verkörperte gleichsam die Kehrseite des heilsamen Wegsehens: Er konnte, da er allen Dingen ihre Herkunft ansah, überhaupt nichts Neues mehr entdecken und hatte sich darob in stiller Verzweiflung eingerichtet. Bis sein Leben wieder in Fluss geriet."

Christian Geyer, FAZ

"Die Kunst stillzusitzen" beschreibt Tim Parks' Suche nach Gesundheit und Heilung. Es ist kein Ratgeber-Buch, trotz des Happyends. Und obwohl sein Buch kein Roman ist, erzählt es dennoch viel über Literatur. Es ist ehrlich, ohne peinlich zu sein, dabei auch noch komisch und überzeugend.

Annette Poppenhäger, 3sat Kulturzeit

"Tim Parks beschreibt diesen seinen Pfad der Erleichterung sehr lebensnah und sehr nachvollziehbar. Das ist seine Stärke als Schriftsteller. Dabei ist er auch noch intelligent. Der gesamte Schwachsinn, mit dem man bei solchen Themen in diversen Ratgebern bei Laune gehalten wird, interessiert ihn nicht. Er vermeidet jeden esoterischen Hokuspokus. Er versucht einfach zu sagen, wie es war mit ihm und seinem Körper."

Peter Michalzik, Frankfurter Rundschau

"Was dieser Mann tut, das tut er gründlich. Dem Leser kommt diese Eifer ungemein zugute. Lange nicht mehr habe ich derart ergreifend und präzise vom Abenteuer der menschlichen Transformation gelesen. Das Schweigen und die Distanznahme zum eigenen Denken treibt Tim Parks so weit, dass er sich während eines weiteren Meditationskurses, in dem seine Persönlichkeit systematisch auseinandergenommen wird, ernstlich überlegt, das Schreiben künftig bleiben zu lassen. Er überlegt es sich. Und bleibt beim Schreiben. Zu unserem Glück."

Martin Frischknecht, Spuren

"Gewinnen Männer solche Einsichten, ist es nur zu begrüßen, wenn sie weiterhin darüber schreiben, wo es besonders weh tut."

Werner Bartens, Süddeutsche Zeitung

"Die Kunst stillzusitzen" steht in der großen Tradition der Selbstanalyse des westlichen Individuums. Das macht dieses Buch so fesselnd, überzeugend und unverwechselbar."

Eberhard Falcke, Deutschlandfunk

"Parks hat ein literarisch und psychologisch interessantes Buch geschrieben. Kein Männerbuch, denn Frauen, für die der Beckenboden bekanntes Gelände ist, können viel über Männlichkeit erfahren und sich gelegentlich auch amüsieren."

Christine Weber-Herfort, Psychologie heute

"Weil Tim Parks ein begnadeter Ironiker und ganz gewiss kein Esoteriker ist, weil er keine Heilsbotschaften, sondern pointierte Sätze aufschreibt und sich selbst nicht schont, ist dies ein Buch, das so eindringlich und unterhaltsam wie wenige sonst zum Selbstdenken anregt."

3sat Magazin