

Danièle Cybulskie

Illustrationen von Anna Lobanova

**LEBEN WIE EIN
MÖNCH**



**Wie Sie die Weisheit
des Mittelalters
für Ihren Alltag nutzen**

FBV

© des Titels »Leben wie ein Mönch« von Danièle Cybulskie (ISBN 978-3-95972-633-7)
2023 by FinanzBuch Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.finanzbuchverlag.de>

INHALT

AD REGULAM 7

1

PFLANZEN- UND SEELENPFLEGE 29

2

MINIMALISMUS ALS IDEAL 47

3

DER BLICK NACH INNEN 77

4

DER BLICK NACH DRAUSSEN 109

5

**ALLES IN MÄßEN, AUCH DIE
MÄßIGUNG 133**

AD MELIORA 151

Glossar 157

Literaturverzeichnis 163

Register 167

Abbildungsnachweis 172

Anmerkungen 173