

**Zeitschrift:** Actio humana : das Abenteuer, Mensch zu sein  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 99 (1990)  
**Heft:** 2

## Inhaltsverzeichnis

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 17.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# I N H A L T

Nr. II/12. Juni 1990



*Eva Ducret-Niederer vor dem Bild, das den Abschied von ihrem Vater festhält: Die auf seinen Wunsch verstreute Asche, die auf dem Meer schwimmt. Titelgeschichte. Seite 4.*



*Vor 15 Jahren: Andrei Sacharow umarmt seine Frau, die für ihn den Friedens-Nobelpreis abgeholt hat. Jelena Bonner sprach über Trennung, Tod und Trauer. Interview. Seite 14.*

Titelgeschichte von Martin Speich  
und Leo Jacobs  
**EHE WIR HOFFEN KÖNNEN, MÜSSEN  
WIR TRAUERN S. 4**

Interview Jelena Bonner von Leo Jacobs  
**SOWEIT DIE KRAFT REICHT S. 14**  
Laurence Chauvy über die neue Rolle hier und  
jetzt  
**AM ENDE DES EXILS  
DER NEUBEGINN S. 18**

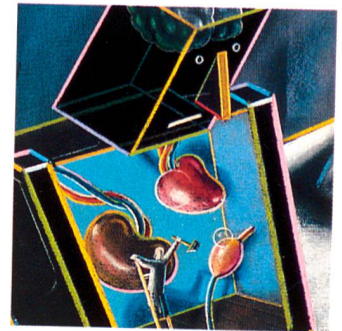
Drei Tage am Trauerseminar mit Wolfgang K.  
**«ICH ÜBERGEBE DEM FEUER ZUR  
VERBRENNUNG» S. 20**

Essay von Ellen Goodman  
**GENUG IST GENUG S. 23**  
Im Zeichen der Gefahr und Chance  
von Richard Christen  
**EIN AUFSTEIGER STEIGT AUS S. 24**

Kinder philosophieren mit Eva Zoller  
**SPÜREN, WAS JETZT IST S. 30**  
Walter Sorell über die «Zweite Pubertät»  
**HALB VOLL - HALB LEER S. 30**  
Foto-Essay von Dominique Uldry  
**ABSCHIED VOM SCHNECKENHAUS S. 33**

Abenteuer Beziehung  
**LOSLASSEN KÖNNEN  
UND DÜRFEN S. 40**  
Test von Christian Bachmann  
**WIE GUT KÖNNEN SIE MIT  
ENTTÄUSCHUNGEN UMGEHEN? S. 42**

Annette Nolte über Ferdinand Hodlers  
Trauerarbeit  
**PROTOKOLL EINES VERLUSTES S. 46**  
Continuum von Martin Speich  
**VORSICHT - AFFENFALLE S. 49**



*Trotz Hirnschlag will der erfolgreiche Werbemann an die Arbeit zurück. Bis er merkt, dass sein Leben bedroht ist. Die Bedrohung wird zur Chance für ein neues Leben. Seite 24.*



*Adelheide Beyeler führt im Wald ein persönliches Ritual durch. Es soll den Abschied von Ideen und Vorstellungen, die ausgedient haben, symbolisieren. Foto-Essay. Seite 33.*

## IMPRESSUM

Redaktion:  
Nelly Haldi (Bern),  
Martin Speich  
(Thalwil)

Art Director:  
Ilsemarie Züttel

Mitarbeiter dieser Ausgabe:  
Christian Bachmann, Laurence Chauvy,

Richard Christen,  
Ellen Goodman, Leo  
Jacobs, Wolfgang K.,  
Daniela Kuhn, Annette  
Nolte, Thierry Ott,  
Regula Schwarzenbach,  
Walter Sorell,  
Dominique Uldry, Eva  
Zoller

Literaturhinweise zu  
diesem Heft finden Sie  
ab Seite 49.

*ACTIO HUMANA*  
erscheint vierteljährlich.  
Einzelnummer Fr. 12.-. Jahresabonne-  
ment Fr. 48.-.  
Jahresthema 1990: *Be-  
ziehungen. Nr. I «Vision  
des ganzen Menschen».*  
Jahresthema 1989:  
*Kommunikation.*  
Nr. I «Kontaktungrig»,  
Nr. II «Mitteilsam»,  
Nr. III «Verständig»,

Nr. IV «Wissbegierig».  
Nachbestellungen bei  
der Redaktion Bern.  
Herausgeber:  
Schweizerisches Rotes  
Kreuz SRK, Rainmatt-  
strasse 10, 3001 Bern,  
PC 30-9700-0  
Redaktionsadresse  
Bern: SRK, Rainmatt-  
strasse 10, 3001 Bern,  
Telefon 031/66 71 11,  
Telefax 031/22 27 93

Redaktionsadresse  
Thalwil: ASM, Alte  
Landstrasse 139,  
8800 Thalwil,  
Telefon 01/720 58 88,  
Telefax 01/721 16 51

Druck: Aargauer  
Tagblatt, Aarau

Herstellung:  
Kümmerly + Frey AG,  
Bern